

CUANDO ESTOY ENFADADO



Fabiani Eggers

MATERIAIS ADAPTADOS FABI

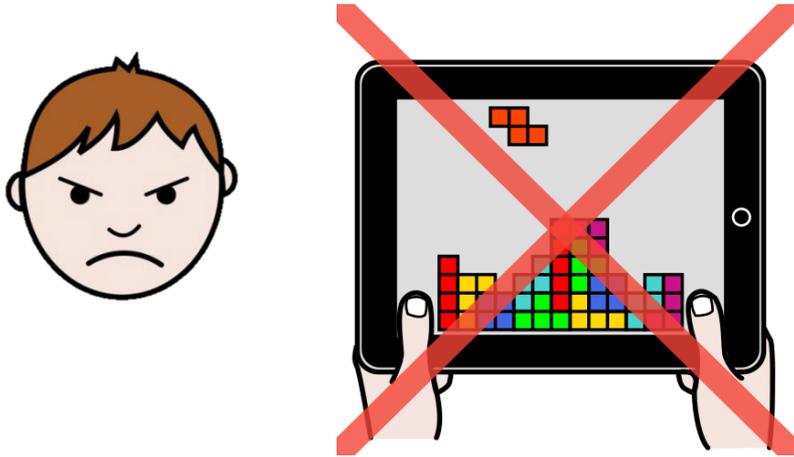
Traducido por: José Manuel Marcos Rodrigo y David Romero

Pictogramas: (<https://arasaac.org>) Licencia: CC (BY-NC-SA)

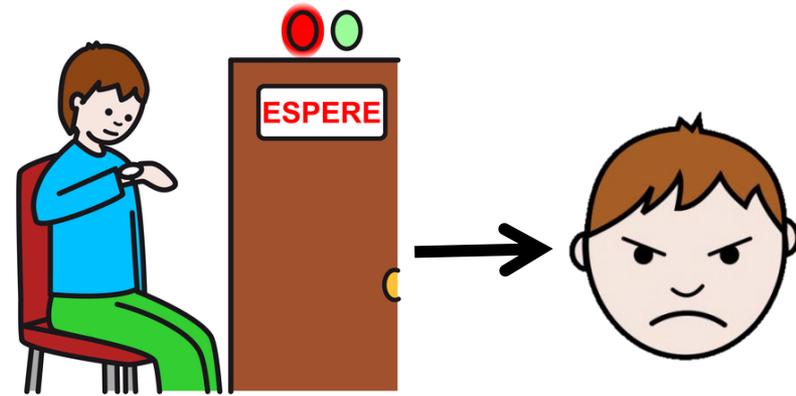
A veces me siento irritado y enfadado.



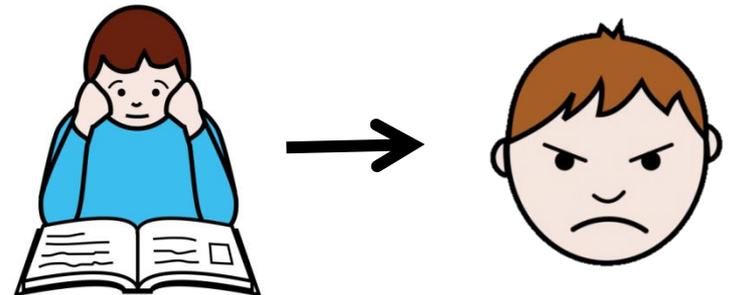
Me enojo cuando las cosas van mal o no puedo hacer lo que quiero.



A veces, si tengo que esperar, me enfado.



O cuando me piden que haga algo que no quiero, me enfado.



Querré gritar, tirarme al suelo y golpear.



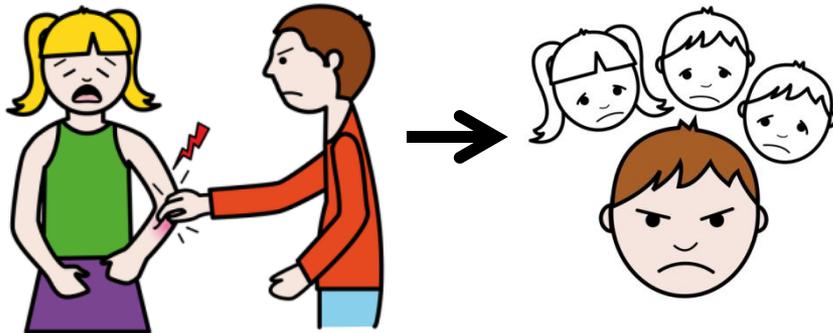
Tendré ganas de morder, tirar del pelo e incluso dar patadas.



Pero esto no es lo correcto.



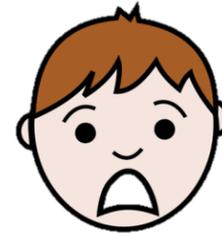
Y si elijo hacer esto, la gente se entristecerá.



Pueden tenerme miedo,



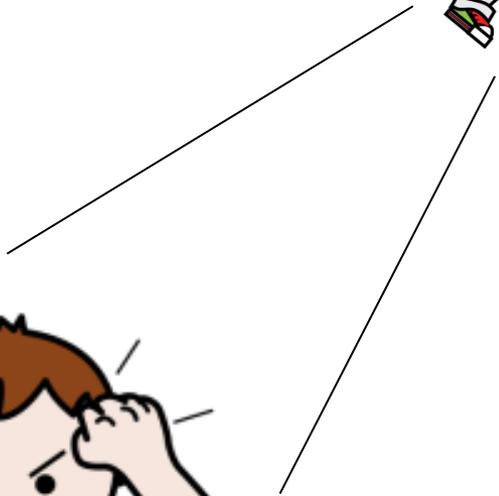
asustarse



e, incluso, llorar.



La gente se alejará de mí.



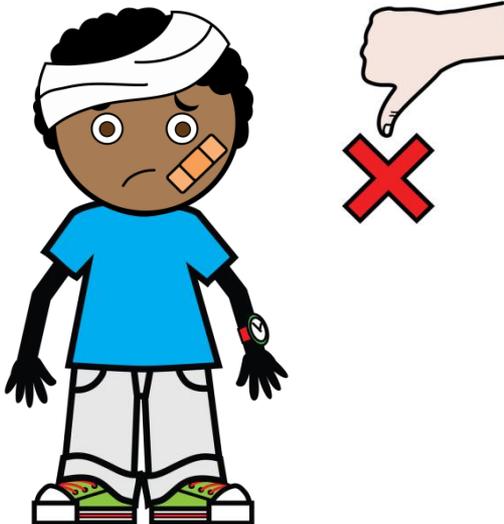
Está bien si me enfado.



Pero **no puedo** golpear a la gente.



Golpear duele.
No hay que hacerlo.



Si me enfado, puedo intentar calmarme.



Puedo tomar decisiones que me ayudarán a estar más tranquilo y la gente estará feliz conmigo.

