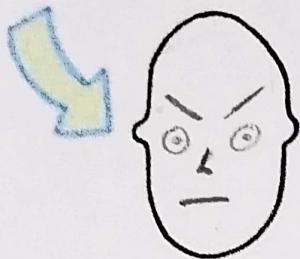


¿Qué cara se me pone cuando me enfado?



¿Qué cosas digo?

Pendejo, Estúpido, Idiota
v parabé, **putisísima**
madre.

cuando me enojo con una situación

¿Cómo me comporto?

grosero, cortante, indiferente

Consecuencias - Enojo, si tuacón incomoda

¿Cómo me siento?

mal / bien

¿Hago daño a otros?

Sí, Por que pueras
ser gracios y hacer
sentir mal a
alguien

¿Qué he aprendido?

que no es la mejor
forma de liberar
mi enojo, pero
es efectiva

¿Como puedo CONTROLAR mi comportamiento?

Escuchando música
y respirando