

Enojo



¿Qué es el enojo?

Es una emoción que hace que sintamos molestia hacia una persona o situación porque no salió como esperábamos o imaginamos.

¿Cómo se reconoce?

Se siente malestar y enfado. Te puedes poner rojo, dar golpes y romper cosas sin querer.

¿Cómo se expresa?

Respira hondo. Dibuja el enojo. Da un paseo con tus papás.