

# El duende del enfado.

Cuentan los ancianos que antes de su llegada nadie en aquel lugar conocía el enfado, nadie se enfadaba nunca con nadie. Y esto que puede parecer bueno, no era tan bueno porque al no enfadarse nunca, los conflictos quedaban en el aire, como si a nadie le importasen, volaban de un lado a otro y nunca estallaban, pero nunca se resolvían. Así fue como todos conscientes del problema se reunieron y decidieron hacer algo al respecto. De este modo fue llamado a cumplir con sus servicios el llamado duende del enfado. El duende del enfado se encarga de dar un empujón para que las personas se enfadasen unos con otros.

El duende llegó, y nadie sabe cómo hacía su trabajo, pero poco a poco empezaron los enfados. Al principio, como las personas apenas tenían experiencia en esto de los enfados, éstos eran leves y poco importantes y enseguida se pasaban. Pero poco a poco los enfados fueron en aumento tanto en cantidad como en intensidad. Y así un tiempo después de la llegada del duende del enfado, todos solían estar muy enfadados unos con otros, se hablaban a gritos y tampoco solucionaban los conflictos. En lugar de solucionarlos, quedaban en el aire y se hacían cada vez más grandes con los gritos.

Las personas del lugar estaban de nuevo muy preocupadas y acudieron al duende del enfado a exponerles sus quejas, no podían estar siempre enfadados. El duende del enfado escucho a todos, que estaban muy enfadados, y después de escucharles, les explico lo siguiente:

- Estáis muy enfadados, pero eso es lo que queráis, enfados. Yo os ayudo a enfadaros para que esa sensación no se quede dentro, para que podáis solucionar vuestros conflictos, pero yo no puedo hacer nada más. Ahora sois vosotros los que tenéis que hacer algo más, sois vosotros los que tenéis que aprender a manejar el enfado, y desactivarlo para hacerlo salir de un modo que os permita resolver vuestros conflictos.-

Desde entonces las personas del lugar aprendieron algo más sobre el enfado. Era necesario enfadarse en determinadas ocasiones, pero el enfado que podía cumplir una importante función, se volvía contraproducente si se hacía demasiado grande, hasta podía llegar a convertirse en ira, rabia e incluso odio. Las personas aprendieron que el enfado es cosa de cada uno y que es importante sabe manejarlo.

FIN



## Preguntas comprensión lectora: El duende del enfado

1. ¿Por qué crees que las personas del lugar querían enfadarse?
2. ¿Qué pasaba con los conflictos si no se enfadaban?
3. ¿Qué crees que hacía el duende del enfado?
4. ¿Qué sensaciones tenían cuando estaban enfadados?
5. ¿Qué pasaba cuando el enfado era demasiado intenso?
6. ¿Qué les explico el duende?
7. ¿Cuándo se convierte el enfado en cosas peores?
8. Piensa en alguna ocasión en la que te hayas enfadado

1. ¿Qué hiciste?
2. ¿Te parecía bien?
3. ¿Cómo te sentías?