

## ¿Cómo estoy yo?

Season 2, episode 4

¿Cómo estoy? Pues, típicamente, estoy contenta. Soy una persona positiva y estoy contenta la mayoría del tiempo. Soy optimista y me gusta la vida entonces estoy contenta o feliz.

Pero, no siempre estoy contenta. A veces, no estoy contenta. Por ejemplo, no estoy contenta cuando paso mucho tiempo en escribir direcciones con mucho detalle y mis estudiantes no leen, o simplemente ignoran completamente las instrucciones. Cuando mis estudiantes ignoran las direcciones, no estoy contenta - estoy frustrada. Estoy frustrada porque yo uso mi tiempo para explicar bien las instrucciones y mis estudiantes ignoran todo. Es muy frustrante.

A veces, estoy más que frustrada. A veces estoy enojada. Estoy enojada cuando personas ignoran mis ideas. Estoy enojada cuando personas son malas o antipáticas. Estoy enojada cuando personas no valoran mi tiempo. No estoy enojada mucho. Típicamente, solo estoy frustrada.

Estoy frustrada, y un poco enojada, cuando estoy en el tráfico en una ciudad. No me gustan las ciudades, prefiero los pueblos. Pero cuando estoy en la ciudad y estoy en el tráfico, estoy irritada con el tráfico rápido y tráfico lento.

No me gustan las líneas. Cuando estoy en una línea de tráfico o personas, no solamente estoy frustrada, estoy aburrida. Cuando estoy en una línea, no tengo una actividad. Soy una persona activa y cuando no estoy activa, estoy aburrida. Estoy aburrida cuando leo libros que no tienen acción. Estoy aburrida cuando estoy en la oficina del médico. Estoy aburrida cuando escucho presentaciones en voz monótona.

Cuando yo necesito hacer una presentación, estoy nerviosa. Me gusta el teatro y me gusta actuar, pero siempre estoy nerviosa cuando actúo. Estoy nerviosa porque quiero hacer un buen trabajo. También estoy nerviosa cuando viajo en avión. Estoy nerviosa y preocupada. Pienso que posiblemente no tengo un objeto importante o pienso que posiblemente el avión tiene un problema mecánico.

Estoy muy nerviosa cuando estoy en una situación peligrosa, o una situación cuando puedo tener un accidente. También estoy nerviosa cuando estoy en un lugar muy alto. No me gustan las alturas mucho. Cuando estoy en una montaña alta, estoy nerviosa.

En adición a estar nerviosa, cuando camino mucho en las montañas, estoy cansada. Estoy cansada porque es mucho trabajo y típicamente camino por horas. Cuando estoy en las montañas por días, estoy más que cansada, estoy agotada o

exhausta. Solo quiero dormir. Estoy agotada cuando no duermo bien. También estoy agotada cuando tengo mucho trabajo que usa mucha energía.

Cuando estoy cansada, tengo más problemas con la comprensión. Estoy confundida cuando no comprendo. Estoy confundida cuando leo instrucciones muy complicadas. Estoy confundida cuando escucho un lenguaje que no comprendo. Estoy confundida cuando no tengo toda la información necesaria. A veces estoy confundida cuando leo porque no recuerdo un detalle importante.

Si estoy confundida, puedo hacer muchos errores. Después de cometer un error, estoy avergonzada. Mi cara se pone roja y no quiero mirar a nadie porque estoy avergonzada. Especialmente cuando mi error es muy obvio y en frente de muchas personas, estoy avergonzada y solo quiero desaparecerme. Pienso que estoy avergonzada porque estoy preocupada por mi reputación.

Estoy preocupada cuando una persona tiene un accidente. Estoy preocupada porque quiero que la persona esté bien. Estoy preocupada cuando mis hijos tienen accidentes y lloran porque ellos están tristes y dolidos.

Yo estoy triste cuando mis hijos están tristes. También estoy triste cuando veo un show triste. Estoy triste y lloro cuando leo momentos tristes en libros y cuando escucho música triste. Estoy triste cuando un amigo va a otro pueblo, o estado. Estoy triste cuando mis estudiantes favoritos se gradúan.

No todas mis emociones son negativas. También tengo momentos cuando estoy más que contenta. Por ejemplo, cuando recibo un premio, estoy emocionada. Cuando voy a Minnesota a visitar a mi familia, estoy emocionada. También estoy emocionada cuando miro la naturaleza.

A veces estoy sorprendida cuando miro la naturaleza. Estoy sorprendida porque la realidad es más espectacular que la imagen en mi mente. No hay muchas sorpresas en mi vida, pero estoy sorprendida cuando recibo regalos o flores. También estoy sorprendida cuando recibo un premio o reconocimiento.

Otra emoción positiva que tengo es agradecimiento. Estoy agradecida cuando una persona hace algo bueno para mí. Por ejemplo, cuando un amigo me ayuda, estoy agradecida y digo «gracias». Cuando una persona escribe un comentario bueno, estoy agradecida. Cuando pienso en todas las cosas buenas de mi vida, estoy agradecida. Estoy agradecida por mi familia, mi salud y mis amigos.

Tengo varias emociones en un día. ¿Cómo está usted? ¿Qué son sus emociones?



You can find this and more stories at [smalltownspanishteacher.com](http://smalltownspanishteacher.com) This story is an original work by Camilla Given. Any resemblance to stories by other authors is purely coincidental, unless otherwise noted.