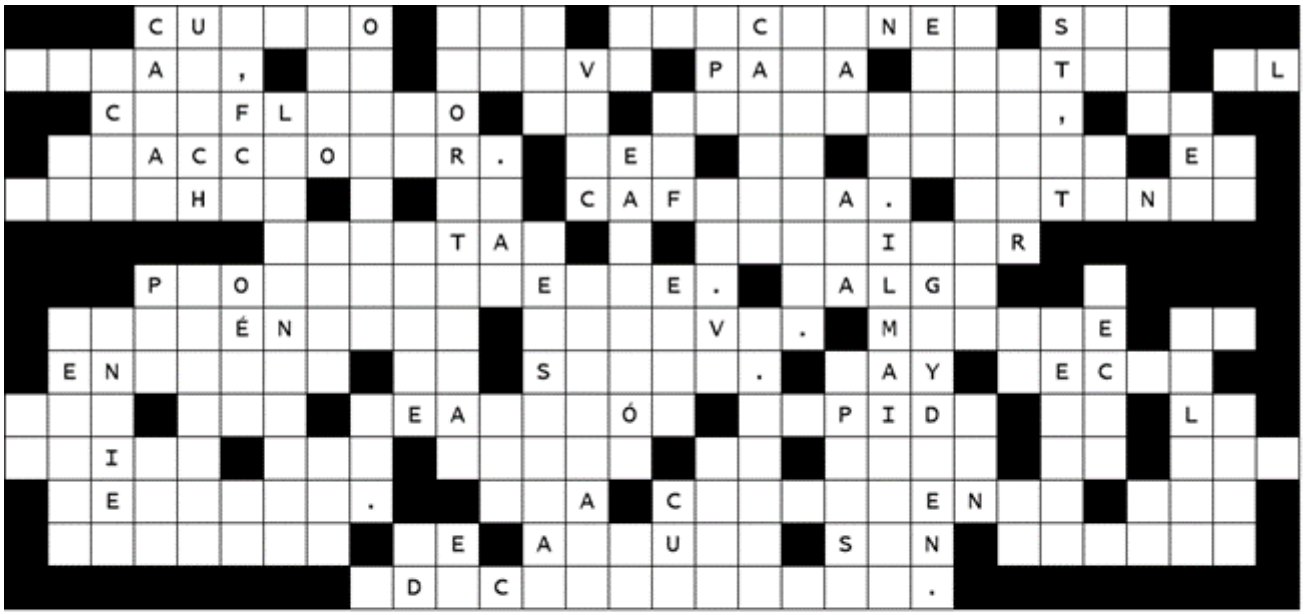
# The Negative Side of Quick Reactions Fallen Phrases – Spanish





**Respuesta:**

Cuando las emociones son altas, la clave para evitar el conflicto es responder, no reaccionar. Ten en cuenta el alcohol y la cafeína. Intenta meditar o respirar profundamente. Salga y manténgase activo. Mejore su entorno de sueño. Hay veces que una reacción rápida es lo único que salva la vida de una persona.  Sea consciente del impulso de actuar sin pensar adecuadamente.