Als ik boos ben

1



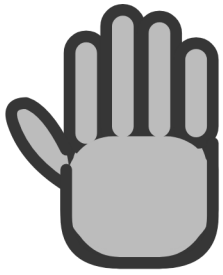
Soms ben ik boos.

2



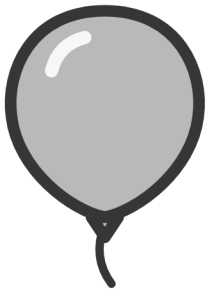
Iedereen heeft soms grote gevoelens. Dat is oké.

3



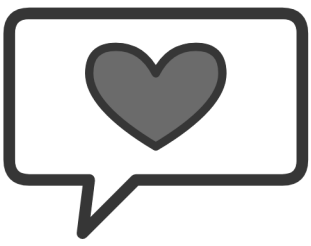
Als ik boos ben, kan ik stoppen.

4



Ik kan drie keer langzaam ademen, alsof ik een ballon opblaas.

5



Ik kan een volwassene om hulp vragen.

6



Daarna voel ik me weer rustig.

© 2026 Special Ed for Kids. Gratis voor gebruik thuis en in de klas.

Mijn verhaal: _____

Zinsbeginnen: **Soms…** **Andere mensen…** **Ik kan…** **Daarna…**

1

2

3

4

5

6

© 2026 Special Ed for Kids. Gratis voor gebruik thuis en in de klas.