# Kiedy się złoszczę

1



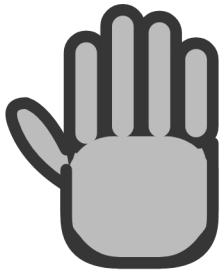
Czasem się złoszczę.

2



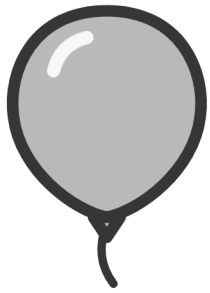
Każdy czasem ma silne emocje. To normalne.

3



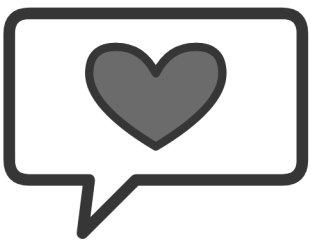
Kiedy się złoszczę, mogę się zatrzymać.

4



Mogę wziąć trzy powolne oddechy, jakbym dmuchał balon.

5



Mogę poprosić dorosłego o pomoc.

6



Potem znów jestem spokojny.

 © 2026 Special Ed for Kids. Za darmo do użytku w domu i w szkole.

# Moja historyjka: _____

Początki zdań: **Czasem…** **Inni ludzie…** **Mogę…** **Potem…**

**1**

**2**

**3**

**4**

**5**

**6**

specialedforkids.com · Każde dziecko może się uczyć. © 2026 Special Ed for Kids. Za darmo do użytku w domu i w szkole.