Kiedy się złoszczę

1



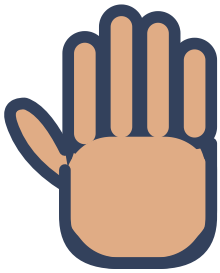
Czasem się złoszczę.

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.

specialedforkids.com · Każde dziecko może się uczyć. © 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.