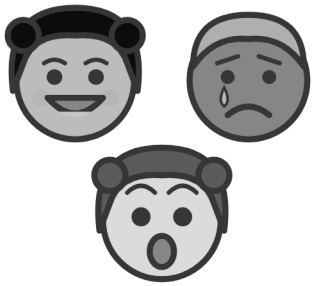
Когда я злюсь

1



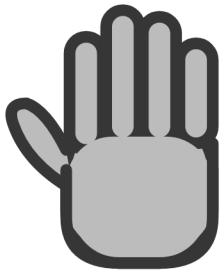
Иногда я злюсь.

2



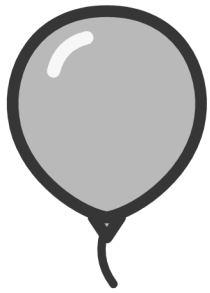
У всех иногда бывают сильные чувства. Это нормально.

3



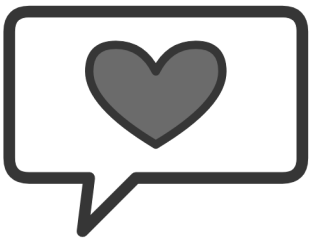
Когда я злюсь, я могу остановиться.

4



Я могу медленно вдохнуть три раза, как будто надуваю шарик.

5



Я могу попросить взрослого о помощи.

6



Потом я снова успокаиваюсь.

© 2026 Special Ed for Kids. Бесплатно для дома и класса.

Моя история: _____

Начала фраз: **Иногда...** **Другие люди...** **Я могу...** **Потом...**

1

2

3

4

5

6

© 2026 Special Ed for Kids. Бесплатно для дома и класса.