Ninapokasirika

1



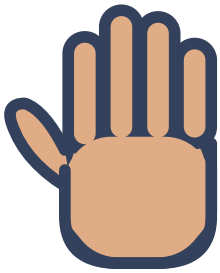
Wakati mwingine ninakasirika.

2



Kila mtu huwa na hisia kubwa wakati mwingine. Ni sawa.

3



Ninapokasirika, ninaweza kusimama.

4



Ninaweza kuvuta pumzi polepole mara tatu, kama ninapuliza puto.

5



Ninaweza kuomba msaada kwa mtu mzima.

6



Kisha ninatulia tena.

© 2026 Special Ed for Kids. Bure kwa matumizi ya nyumbani na darasani.

Hadithi yangu: _____

Mwanzo wa sentensi: **Wakati mwingine…** **Watu wengine…** **Ninaweza…** **Kisha…**

1

2

3

4

5

6

© 2026 Special Ed for Kids. Bure kwa matumizi ya nyumbani na darasani.