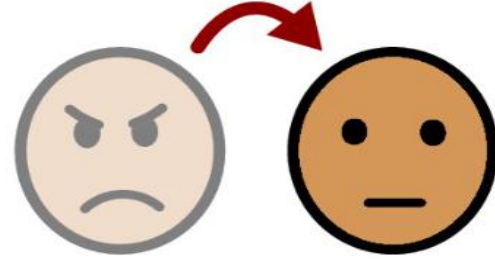
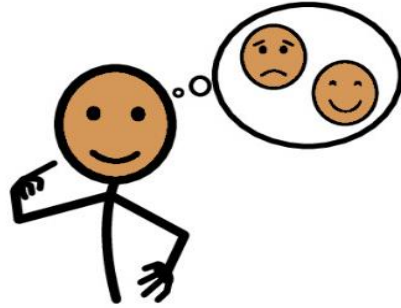
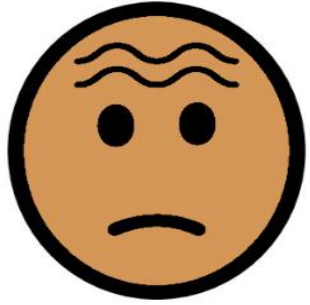


كيف أهدأ عندما أشعر بالخوف أو القلق؟

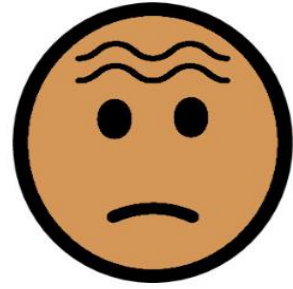


إعداد: عبير جراسي شقحة

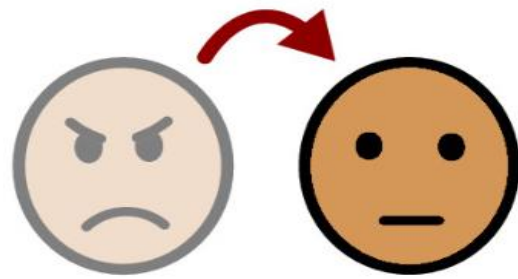
اختصاصيَّة نطق ولغة وتواصل

ماتيا النَّاصرة

عندما أشعر بالخوف أو القلق



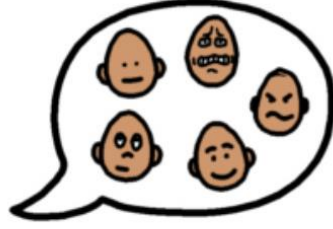
أنا أستطيع أن أهدأ عندما



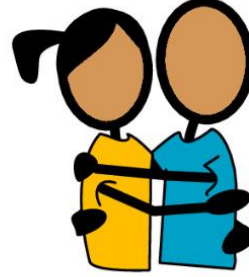
أَتصل بمعلمتي



أَعبر عن مشاعري



أعانق بابا او ماما



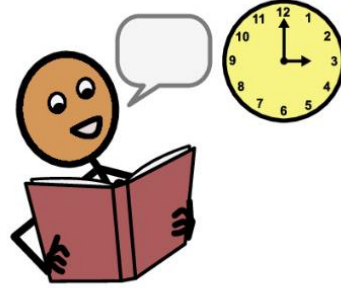
أَبقى مع عائلتي



أَسمع موسيقى



أَسمع قصة



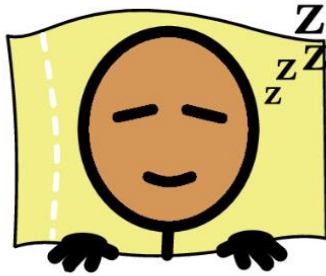
أَتصل مع أصدقائي



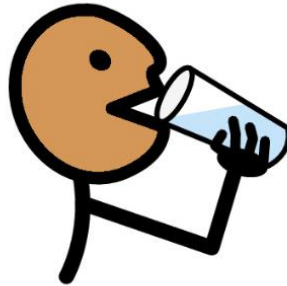
أَتصل بجدي وجدتي



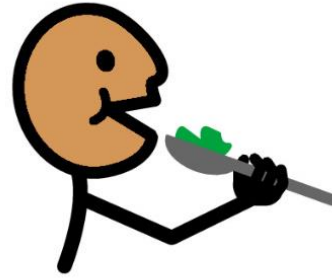
أَنام



أَشرب



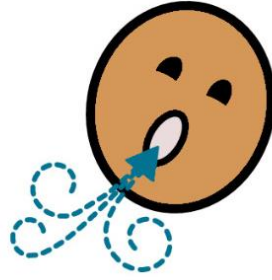
أَكَل



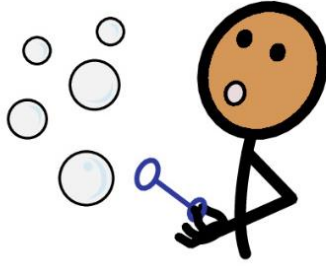
أَلعب



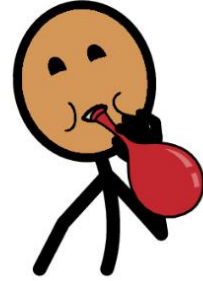
أتنفّس ببطء



أنفخ فقاعات



أنفخ بالون



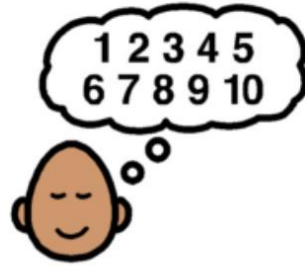
ألعب رياضة



أغنيّ



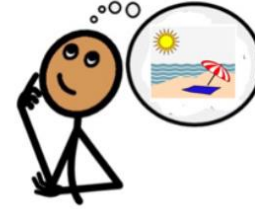
أعد للعشرة



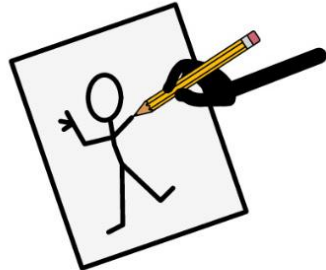
أساعد في البيت



أتخايل مكان هادئ



أرسم



الاسترخاء



أطلب المساعدة



أصليّ

