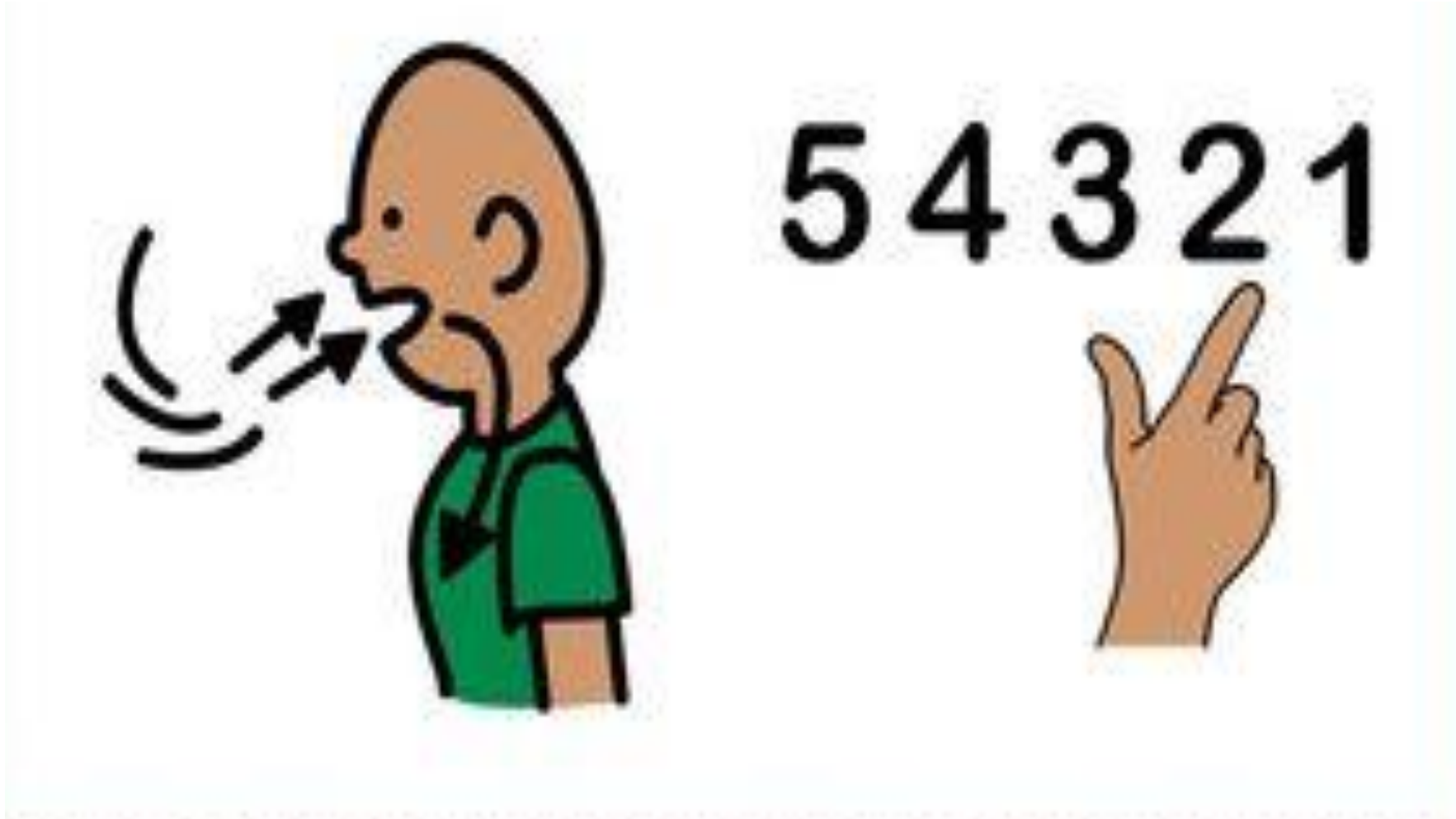


**Что делать, когда мне
страшно?**



Если мне страшно, я **НЕ** зажимаю уши руками и **НЕ** наклоняю голову к плечу



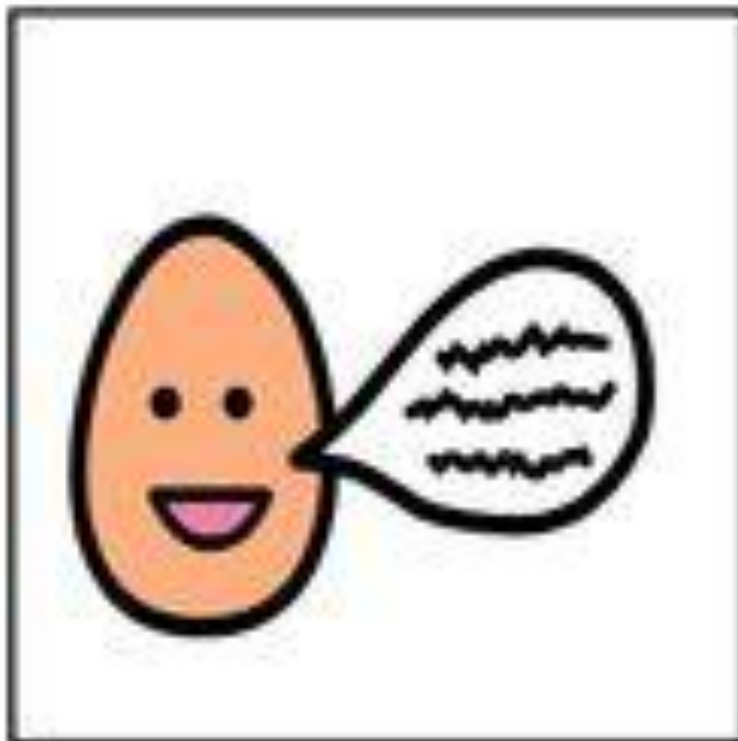
Я могу глубоко подышать и посчитать до пяти



Я могу попросить помощи у взрослого



Если мне страшно, можно сжимать игрушку или свою одежду



Я использую слова, чтобы сказать людям, что мне страшно.

Это ПРАВИЛЬНО!

Я успокаиваюсь и чувствую себя хорошо!