

„Натъждавам се и се ядосвам, когато нещата не се случват така, както искам. Какво мога да направя?“

Дете от Квебек, което иска да се откаже

Скъпо дете, което иска да се откаже,

Всички се чувстваме тъжни или ядосани, когато нещата не се случват така, както искаме. Помни, че Небесният Отец и Исус Христос те обичат и желаят това, което е най-добро за теб. Те могат да ти помагат с трудните чувства. Понякога израстваме най-много, когато нещата са трудни!

Ако чувството на обезсърчение продължава, поговори с доверен възрастен. След това опитай една от тези идеи. Запиши и някои от собствените си идеи.

Всичко ще бъде наред!

Приятел



Това, което мога да направя

- Да си поема дълбоко въздух и да се помоля за помощ.
- Да поиграя навън или да направя нещо друго, за да си почина.
- Да опиша или нарисувам чувствата си.

Това, което мога да кажа

- „Небесният Отец и Исус Христос ме обичат и ще ми помагат.“
- „Уча се и мога да опитвам отново.“
- „Давам най-доброто от себе си и нещата ще се получат!“
