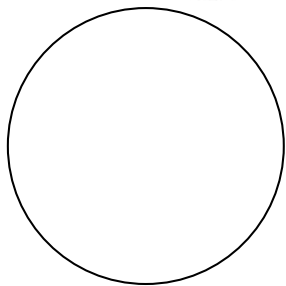
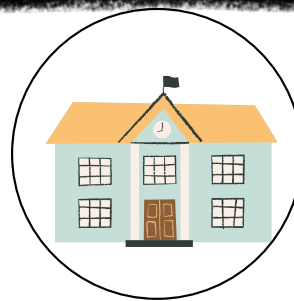


چه اتفاق هایی منو نگران و مضطرب میکنه؟

مواردی که موجب تجربه ی منطقه زرد می شوند را بنویسید یا رنگ کنید



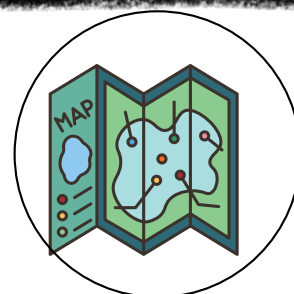
وقتی که



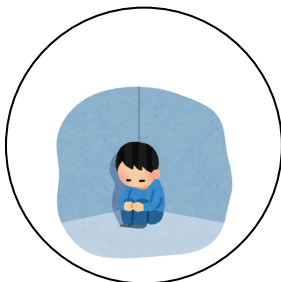
وقتی مدرسه یا مهد میرم



وقتی که صدای بلند می شنوم



وقتی جای جدید برای اولین بار میرم



وقتی که قراره از مامانم جدا باشم



وقتی وسیله ای رو گم می کنم



وقتی مامان یا بابا بهم میگویند کار دارند



وقتی که هوا تاریک میشه

منطقه زرد

اضطراب

ترس

استرس

نگرانی