

Пример таблицы «Как я преодолел стрессовую ситуацию»

Стрессовая ситуация в прошлом	Как преодолел
Плохая успеваемость по физике	1) Обсудил варианты решения с учителем. 2) Составили совместно план отработок и основных тем, которые нужно знать. 3) Нашел видеоуроки, где объясняют сложные темы простым языком