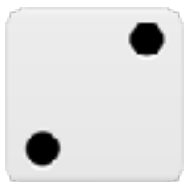


Jeśli wypadnie :

To:



Podaj, jedną rzecz, która sprawia, że wpadasz w złość.



Powiedz, co dzieje się w twoim ciele, kiedy czujesz złość (1 przykład)



Podaj, co możesz zrobić, żeby poradzić sobie ze złością (1 przykład)



Podaj jedną sytuację, w której trudno było ci opanować złość.



Podaj jedną sytuację, w której dałeś radę opanować swoją złość.



Powiedź, co może się stać, kiedy nie zapanujemy nad naszą złością. (1 przykład)

