

Kiedy coś cię zdenerwuje, zniesmaczy albo zezłości, napisz to na bonie zdenerwowania, a następnie zgnieć go w kulkę i rzuć daleko! Kiedy złość już ci przejdzie, pójdz do osoby, która cię zdenerwowała i porozmawiaj z nią, aby rozwiązać problem.

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....

Dziś zdenerwowało mnie:



.....

.....