



PURA EMOTIONAALINEN TRIGGERISI

**MITÄ
TILANTEESSA
TAPAHTUI?**

**MILTÄ
MINUSTA
TUNTUI?**

**MITÄ
AJATUKSIA
NOUSI
MIELEENI?**

**MIKÄ
MINUA
LOUKKASI?**

**MITÄ VOISIN
SANOA ITSELLENI
TILANTEESSA?**

**MILLÄ
TAVALLA
RAUHOITUN?**