



## دهان نگو؛ کوه آتش فشان!

اوه نه!

بنظر می‌رسد آتش‌فشان‌ت آماده است که فوران کند..

زود باش!

همین الان، این پایین پنج تا راه‌حل بنویس، برای وقتایی که احساس می‌کنی کلمه‌ها می‌خواهند از توی دهانت فوران کنند.

۱

۲

۳

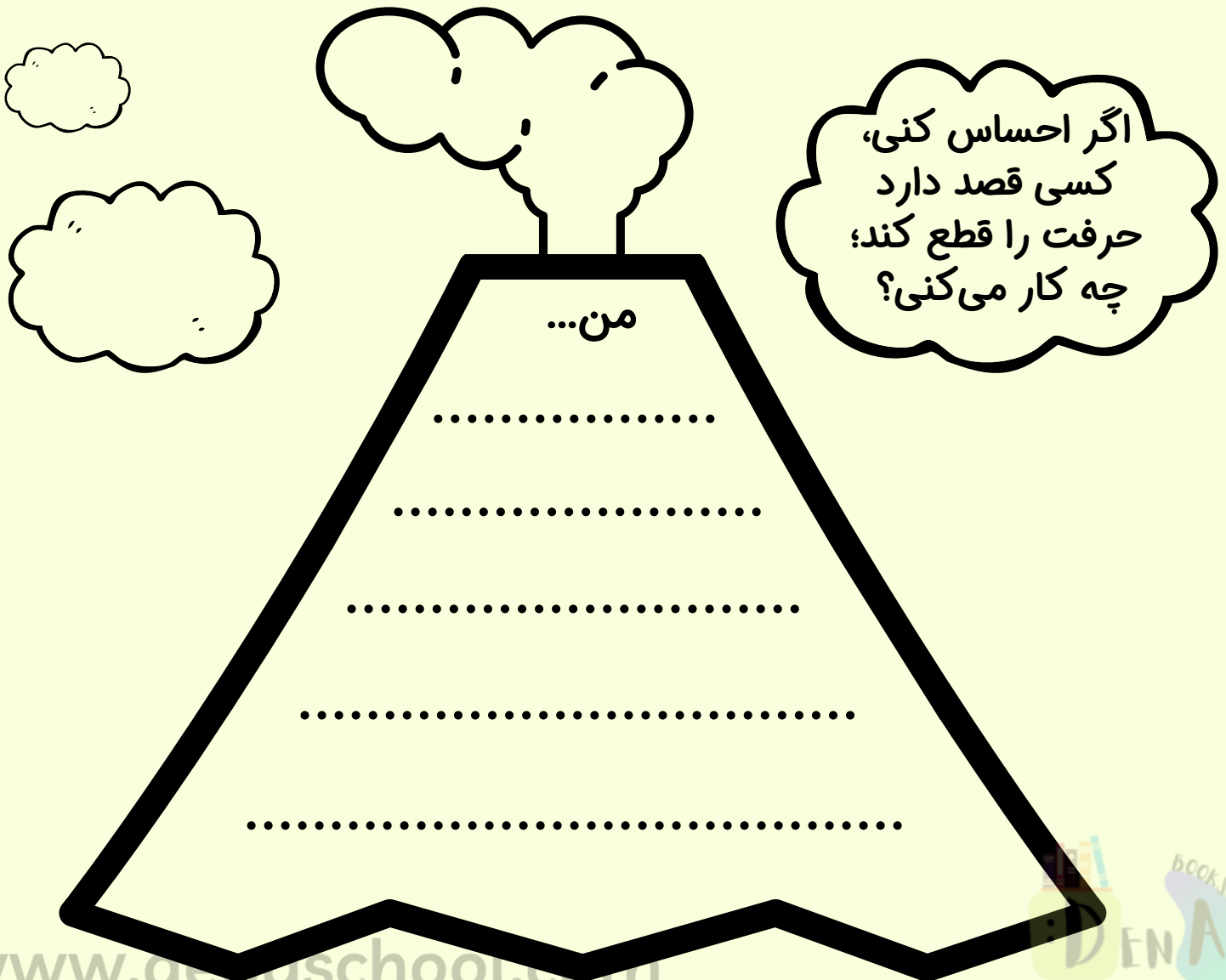
۴

۵

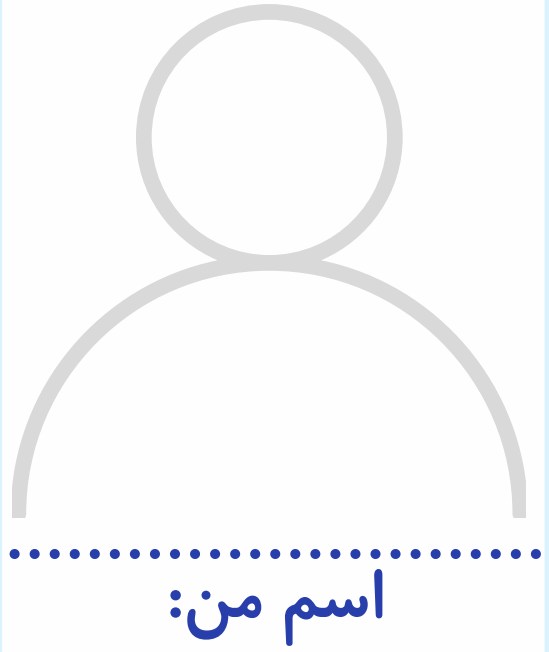
“ ..... ”

تو می‌توانی کنترلش کنی..  
اجازه نده که آتش‌فشان‌ت فوران کند!

این پایین یک تصویر از حس خودت، وقتی که کسی حرفت را قطع می‌کند بکش.



یک موقعیتی  
که دهن من مثل کوه آتش فشان  
فوران کرد:



پیامدی که برای من به همراه داشت:

درسی که از این  
موقعیت گرفتم:

