

Name: \_\_\_\_\_

Date: \_\_\_\_\_

# WHATS IN YOUR TOOLBOX?

O B S E R V E H Z E H X F T V P T B X K E R S N  
T O Y D O G T X R Z N T G R E K U S Z H E B S K  
W E Z N R O P P O S I T E A C T I O N P L E E J  
I C E I A N K Q N O N P Z V I G E C N J C R N S  
M G T M D Y N N G E N T L E S A E L P W E Y E Y  
P F A E I C V X Y I K G M Q O M T U K L W F V Y  
R X P S C C I A K M M E H G Z R A U A L E X I G  
O S I I A C J W P K I G L H F R W T E J B F T U  
V C C W L B S W Z F B Y A G W V I Z S Q S W C K  
E B I Q A P T H I Z O P X F N O X Q L I M K E D  
H T T M C K G N D X P T U Y N A W U T G I T F I  
K W R L C F W X X Y C S B S F M Y H N E A C F Q  
H T A K E E D G I E H F H M P U L R Q T D A E T  
R A P B P I Y N V I R I N P L J W F T M U R T Y  
R U R W T R B I K R P V T A P V A U F F E T W N  
R R G L A T G F U G S K B H M B B A U Z K S E C  
K F H T N N P N T M W G G S D R S O P E B I M Z  
E I E T C J L Z Q N F T B D J T A B U O P D P P  
O G D C E Z W H U D F E B I R C S E D L O W W D  
G F K E O H A X V E J P R G A F V W D R P M Y H  
D Y E V I T I S O P S I Y K X K K T Y X G N K A  
L I Y D B P J U Z O X S I G O S Z T P W N S O J  
E D X W Q N C F R I M X P L C V K J J U U U G L  
T Z T J L Y H P J A T A L U F D N I M E N O F X

**RADICAL ACCEPTANCE**  
**RELATIONSHIP**  
**TRYANGLE**  
**DISTRACT**  
**OBSERVE**  
**PLEASE**  
**PROS**  
**DBT**

**OPPOSITE ACTION**  
**PARTICIPATE**  
**DESCRIBE**  
**WISE MIND**  
**IMPROVE**  
**HAPPY**  
**FAST**

**EFFECTIVENESS**  
**ONE MINDFUL**  
**POSITIVE**  
**DEAR MAN**  
**GENTLE**  
**GIVE**  
**CBT**