

5 שאלות נהדרות להרגיש טוב עם עצמכם ולחזק ביטחון עצמי

שאלה 1 – אילו רגעים יפים וטובים קרו לי היום

שאלה 2 – אילו מחמאות ומילים מחזקות קיבלתי היום מעצמי ומהסובבים

שאלה 3 – אילו הצלחות וניצחונות קטנים וגדולים אני חוגג היום

שאלה 4 – במה תרמתי היום לעצמי, לסובבים, לעולם

שאלה 5 – את מי אני אוהב ומי אוהב אותי
