

# משפטים מעוררים

חשבי על משפטים שנאמרים לי ומעוררים בי כעס, אכזבה, תסכול,  
או גורמים לירידה במוטיבציה שלי

המשפט	מחשבה או פרשנות למשפט?	מה קורה לי בגוף בעקבות המשפט?	איזו רגשות מתעוררים בי?	איך אני מגיבה בדרך כלל?

