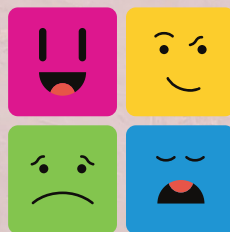


ספרי הלל פועלים של:



היקנאה

המרכז
לוויסות
רגשי



www.cbt4u.co.il

לפנים אני מקנאה

כי



ולפנים אני מקנאה

כי

מקנאה/אני



כשאני סקנא/ה התחושה שלי

בגוף היא



כשאני סקנא/ה אני חושב/ת

ש...



כשאני סקנא/ה אני רוצה



מה יכול לעזור לי להתמודד עם הקנאה



אני יכול לעזור לך להתמודד עם

הקנאה

