

## "חדר כושר לאושר" שיעור 12

**דף עבודה לעיקרון מס' 12 היה השינוי שאתה רוצה לראות בעולם**

**תרגיל 1: זיהוי בחוץ**

מה אני חווה שהעולם/אנשים אחרים עושים שפוגע באושר שלי?

**תרגיל 2: זיהוי בפנים**

איפה אני עושה אותו דבר?

**תרגיל 3: לעשות ההפך**

מה הדבר ההפוך שכדאי לי לעשות?

ד"ר דליה רזניצקי

טל: 054-5704203 מייל: [tevaveahava@gmail.com](mailto:tevaveahava@gmail.com) אתר: [www.dalioresnitzky.com](http://www.dalioresnitzky.com)