



www.shiluvim.org.il
office@shiluvim.org.il
פרדס חנה, 04-6270290, 052-2844351



מרכז שילובים

יעוץ לפיתוח ארגוני והנחית קבוצות

חשיבה חיובית

מרצה: ליאור מיכלוביץ

"אתה נמצא איפה שהחשבונות
שלך נמצאות, ודא שחשבונותיך
נמצאות במקום בו אתה רוצה
להיות" (רבי נחמן מברסלב...)



כסף

**בריאות
 שמחת חיים**

**חשיבה חיובית
 משפיעה על**

**משמעות בחיים,
 הגשמה עצמית,
 קריירה**

**יחסים, זוגיות,
 משפחה, חברה**



www.shiluvim.org.il
office@shiluvim.org.il
פרדס חנה, 04-6270290, 052-2844351



מרכז שילובים
יעוץ לפיתוח ארגוני והנחית קבוצות

אז איך עושים את זה?

מתאמנים!!!





איך נתאמן ביום יום?

1. נתחיל את היום בהחלטה, שהיום יהיה יום נהדר! וכך יקרה.

2. במקום קשיים נראה אתגרים.

3. במקום להתלונן על מיסכנותנו כהרגל, נהיה שמחים בחלקנו.

4. במקום לחכות שיפרגנו לנו, נפרגן אנחנו ראשונים.

5. נחפש כל הזמן על מה להכיר תודה ונראה כמה אנו מבורכים.

6. נאמין בעצמנו, ונהיה בטוחים שהחיים נפלאים.