



## 7 вопросов которые стоит задавать себе ежедневно

Если ты хочешь изменить свою жизнь в лучшую сторону, задавай себе эти вопросы регулярно! 1. Что меня радует? 2. Кому следует уделить своё время, внимание? 3. Что я сегодня сделала, чтобы быть здоровой? 4. Кому нужно сказать спасибо? 5. Что я сегодня узнала нового? 6. Что нужно сегодня выбросить? (Это может быть ненужные чеки в кошельке, вещи, а может и воспоминания) 7. Кому я сегодня помогла?

elena.chernukha

*Мой Инстаграм*

С уважением, твой психолог Елена Чернуха!

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?