



משפטי אהבה:

תארי לך: שד' מדבר אליך

אפשר לתאר גם דמות אהובה / או שכך הנשמה אומרת לך

(מומלץ גם יחד או לאחר הרפיה)

- אני אוהב/ת אותך איך שאת עכשיו, מיוחדת, ומקסימה
- את לא צריכה להיות מושלמת, את כל פעם מתקדמת צעד ועוד צעד
- אני אוהב/ת אותך יותר ממה שאת יכולה לתאר לעצמך
- את ראויה לאהבה, להערכה ולאושר
- יש לך מעין של אהבה, רגישות, אושר וחיבור. וזה לא תלוי באף אחד!
- מי שלא רואה את האור שבך – מפסיד!
- יש לי את כל הזמן עבורך – את אהובה, רצויה ויכולה להשיח את מחשבותיך ותחושתך לפני.
- אני תמיד מאזינה/עבורך. את בלבי תמיד.
- כל היום חושב/ת עליך
- אינני יכולה להסיר ממך כאב או צער, אני מרגישה/ת אותך וכואב/ת איתך.
- אני רואה, אני מעריכה בך כל מחשבה ופעולה חיובית.
- אהבתי אליך היא עד אין קץ
- הוסיפי משפטים משלך:)

מבוסס על דף: "תזונה רגשית", מאת ד"ר מרים אדהן

הממליצה "לקחת 3 פעמים ביום" עבור:

תגבור אהבה עצמית, ולמניעת: עצבות, בדידות כעס וקנאה.

העצמה הורית מכילה ומגדלת ♥ חיזוק קשרי הורים ילדים ♥ קידום הילד המאתגר והרגיש

מיכל וילמן \ 050-4102924 \ michal2lov@gmail.com