بسم الله الرحمن الرحیم

تمرین های کاربردی

من دوست داشتنی

(گام دوازدهم)

Saeedpourandi.com

@saeedpourandi

لیستی از کارهای مثبت که به شما انرژی می دهد وباعث ایجاد حس رضایت مندی در شما می شود!

1-
2-
3-
4-
5-

دهکده جهانی موفقیت
SAEED POURANDI
Saeedpourandi.com
@saeedpourandi

بعدازتهیه لیست تلاش کنید تک تک آنها را در طی روز انجام دهید وبعدازانجام آن کارجلوی آن را تیک زده و با یک جمله خوب خودتان را تشویق کنید.

- 1-
- 2-
- 3-
- 4-
- 5-

دهکده جهانی موفقیت
SAEED POURANDI
Saeedpourandi.com
@saeedpourandi