

**טופס בדיקת תפקיד - ובהמשך יתרונות וחסרונות של  
רגשות לא מווסתים.**

מדוע אני מפחד/ת לווסת את הרגשות?	כיצד הרגשות עוזרים למלא את הצרכים שלי?	רגשות בולטים אצלי

המשך

<p>חסרונות המצב הקיים בטווח הקצר</p>	<p>יתרונות המצב הקיים בטווח הקצר</p>
<p>חסרונות המצב הקיים בטווח הארוך</p>	<p>יתרונות המצב הקיים בטווח הארוך</p>
<p>חסרונות השינוי בטווח הקצר</p>	<p>יתרונות השינוי בטווח הקצר</p>
<p>חסרונות השינוי בטווח הארוך</p>	<p>יתרונות השינוי בטווח הארוך</p>

באיזו אפשרות תבחרו? נמקו את בחירתכם:

---



---



---