

# רחל מיכאלשוילי

מנטורית מובילה לריפוי וצמיחה  
לקחת אחריות, לשנות מציאות

## רגשות חיוביים

- אהבה
- אהדה
- אומץ
- אופטימיות
- אושר
- אחריות
- איזון
- אכפתיות
- אמון
- אמון עצמי
- בהירות
- ביטחון
- ביטחון עצמי
- הודאה
- הנאה
- הערצה
- הקלה
- השלמה
- התלהבות
- התפעלות
- זהירות
- זרימה
- חופש
- חיבור
- חמלה
- ידידות
- יציבות
- כוח
- כיסופים
- כנות
- מרץ
- נאמנות
- נביעה
- נחישות
- נינוחות
- ניצחון
- סבלנות
- סיפוק
- עונג
- עוצמה
- עושר
- עידוד
- עליזות
- ערך עצמי
- פיוס
- פריחה
- פתיחות
- קבלה
- קירבה
- קלילות
- רוגע
- רווחה
- שחרור
- שייכות
- שלמות
- שמחה
- שקט
- תקווה

## רגשות שליליים

- אדישות
- אומללות
- איום
- אכזבה
- אשמה
- בדידות
- בושה
- בלבול
- געגועים
- דאגה
- דחייה
- דיכאון
- הזנחה
- החמצה
- היסוס
- היסטריה
- התנשאות
- זלזול
- זעם
- חולשה
- חוסר אונים
- חוסר אמון
- חוסר אמון עצמי
- חוסר ערך עצמי
- חנק
- חסר
- חרדה
- חשד
- חשש
- טרדה
- ייאוש
- כאב
- כבדות
- כיווץ
- כישלון
- כעס
- לאות
- לחץ
- מבוכה
- מועקה
- מסכנות
- מצוקה
- מתח
- נוחות
- נחיתות
- ניתוק
- נקמה
- סגירות
- סחיטה
- סחרור
- סיבוך
- עוני
- עייפות
- עצב
- עצלות
- פגיעה
- פחד
- ציפייה
- צער
- רחמים עצמיים
- שליטה
- שנאה
- תסכול
- תקיעות

www.hamentorit.co.il 🌐 rementor100@gmail.com 📧 052-8215500 📞

ליווי אישי | הרצאות | סדנאות | קורסים  
התפתחות אישית | יעוץ זוגי | הורות | נוער | ליווי לקראת שידוכים