Материалы к Занятию 13

**Рекомендуемые ресурсы:**

Сайт Помощник по самотрансформации psymarket.ru

Консалтинговый и тренинговый центр www.sviyash-center.ru

Интернет-бутик Псимаркет psymarket.ru

Подписка на рассылку sv001.ru

Через 2 месяца – сайт sviyash.ru

**Заведите Дневник радости** – записывайте по 10 радостей каждый день.

Слушайте настрой на удачный день

<https://cloud.mail.ru/public/3vBy/5NAdp9y3k>

Слушайте смех. <https://cloud.mail.ru/public/2Xv9/4h8t2R1Tw>

Месячник любви к себе <https://youtu.be/VMSyflwD6l4>