

# ÁHRIFAHRINGURINN

## **HVAÐ GET ÉG EKKI HAFT ÁHRIF Á?**

Áhyggjuhringurinn, það sem skiptir þig máli en þú getur ekki haft áhrif á.

Dæmi: hver þú ert, hvað þú heitir, hvernig aðrir koma fram við þig, hvernig veðrið er....

## **HVAÐ GET ÉG HAFT ÁHRIF Á?**

Áhrifahringurinn, það sem þú getur haft áhrif á.

Dæmi: hvað þú gerir, hvað þú segir, hvernig þú kemur fram við aðra, lífa venjurnar 7 ☺.....