

## **Прощення та розуміння – Кравець 2023**

Прощення та розуміння – це важливі аспекти емоційного благополуччя та гармонійних стосунків, що дозволяють звільнитися від образ і рухатися далі. Вміння пробачати не означає забути про подію, а радше звільнити себе від негативних емоцій, а розуміння мотивів інших допомагає бачити ситуацію ширше та будувати більш здорові та міцні зв'язки.