

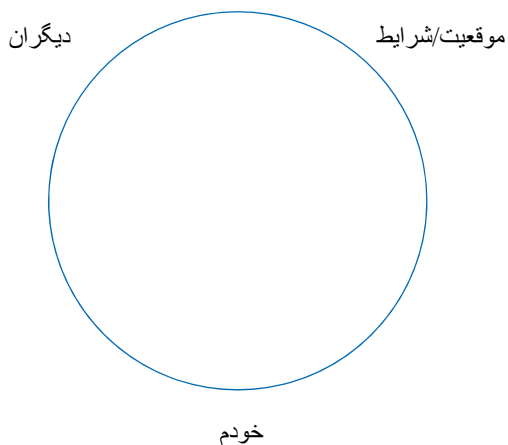


درمان، بخش ۴: سبک های اسنادی (شیوه علت یابی)

کاربرگ ۴-۵ اسنادها: شرایط، دیگران، و خودم!

پیشنهاد (های) خاص خودتان:

تبیین های ممکن چه چیزهایی هستند؟ لطفا به سهم هر یک از علل بالقوه رویداد، امتیاز دهید. سهم هر یک از علل متفاوت را چه قدر برآورد می کنید؟ دایره را به تکه های مورد نظرتان تقسیم کنید.



علل/تبیین های ممکن را یادداشت کنید:

	خودم:
	دیگران:
	شرایط: