



## Module thérapeutique 6 : Modifier son point de vue

### Feuille de travail 6.3. Vos idées

#### 6.3a. Qu'est-ce qui confirme ou remet en question vos propres idées ?

Idées/Hypothèses : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Degré de conviction : \_\_\_\_\_%

Pour (ce qui confirme)	Contre (ce qui remet en question)

Degré de conviction : \_\_\_\_\_% après comparaison des arguments pour et contre

### 6.3b. Comment évalueriez-vous vos hypothèses ?