



## Modulo 6: Modificare le Credenze

### Scheda di lavoro 6.5. Informazioni riguardo il modulo 6

Gli studi mostrano che le persone con psicosi, a volte, tendono ad aggrapparsi alle opinioni anche quando ci sono delle contro argomentazioni valide.

**Tutto ciò porta a problemi interpersonali e impediscono dei punti di vista realistici sulle situazioni.**

Scambiarsi delle opinioni con altre persone può aiutare a considerare altri punti di vista e ad avere una comprensione maggiore nei confronti di una situazione.

Raccogli più informazioni possibili e considera altre opinioni prima di decidere.

Usa la scheda gialla nella vita di tutti i giorni per controllare eventuali idee sbagliate.

**Quali aspetti di questo modulo trovo particolarmente utili?**

**Quando e in quale situazione specifica potrei mettere in pratica, durante la prossima settimana?**

**Cosa non mi è ancora chiaro? Cosa posso chiedere la prossima volta?**