



## Θεραπευτική ενότητα 6: Αλλάζοντας πεποιθήσεις

### Φύλλο εργασίας 6.1 Μελέτη περιστατικού: Αληθινή δίωξη ή παραληρητική ιδέα;



Παράδειγμα: Δίωξη	Πιθανές συνέπειες
Ο Γιάννης είναι πεπεισμένος ότι διώκεται.	
<b>Εναλλακτική ερμηνεία:</b> Ο Γιάννης αναγνωρίζει την ιδέα του ως εκδήλωση ενός προβλήματος ψυχικής υγείας.	