



Moduł terapeutyczny 5: Podejmowanie decyzji



Ćwiczenie 5.2 Przypadek: dręczenie/konspiracja?

5.2a Co przemawia za, a co przeciw przekonaniu Maryny?

("paranoid"ulissey)

Za (Co potwierdza przekonanie?)	Przeciw (Co przemawia przeciw przekonaniu?)	Czy potrzebuję więcej informacji, aby podjąć decyzję?

5.2b Co jeśli...? Przekonania i ich konsekwencje

Przekonania Rzeczywistość	Marina jest dręczona przez kolegów.	Maryna <u>nie</u> jest dręczona przez kolegów.
Maryna jest dręczona przez swoich kolegów..		
Maryna <u>nie</u> jest dręczona przez swoich kolegów		