



Moduł terapeutyczny 5: Podejmowanie decyzji

Ćwiczenie 5.4 Własne idee i przekonania

5.4a Co przemawia za, a co przeciw Twoim przekonaniom?

Przekonania/Założenia:

Poziom pewności: _____ %

Za (Co przemawia za przekonaniem?)	Przeciw (Co przeczy przekonaniu?)

Poziom pewności: _____ %