

**Moduł terapeutyczny 5: Podejmowanie decyzji**

Ćwiczenie 5.2 Przypadek: dręczenie/konspiracja?

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

*(“paranoid” ulisseya)*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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 nie jest dręczona przez kolegów. |
| Maryna jest dręczona przez swoich kolegów.. |  |  |
| Maryna nie jest dręczona przez swoich kolegów |  |  |