

דף העבודה : השאלות

1. האם זאת האמת?

- התשובה היא כן או לא בלבד

- אם התשובה היא לא, אפשר לעבור לשאלה 3

2. האם אתם יכולים לדעת בוודאות שזאת האמת?

3. איך אתם מגיבים כשאתם חושבים את המחשבה הזאת?

4. מי תהיו ללא המחשבה הזאת?

היפוכים (מצאו 3 דוגמאות אותנטיות מדוע ההיפוך נכון לחייכם)

היפוך לשאלה 6:

אני מוכנה לחוות שוב....

אני מצפה לחוות שוב....