

**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. |  |
| **Εναλλακτική ερμηνεία:**  Ο Γιάννης αναγνωρίζει την ιδέα του ως εκδήλωση ενός προβλήματος ψυχικής υγείας. |  |