



Терапевтический модуль 5: принятие решений

Рабочий лист 5.1b Каковы возможные последствия различных стилей принятия решения? – личный пример

Ситуация

(«Я слышал шаги прямо позади меня и стал идти все быстрее и быстрее, и даже не осмелился обернуться назад»)

Поспешные решения
(преждевременные заключения)
(В примере: «ЦРУ арестует меня»)

Возможные последствия (В примере: сильное чувство страха)

Другие объяснения
(В примере: «кто-то хочет успеть сесть на автобус»)

Возможные последствия (В примере: облегчение)