



## Unidad Terapéutica 5: Toma de Decisiones

### Hoja de Trabajo 5.4 Mis ideas propias

#### 5.4a ¿Qué habla a favor y en contra de tus propias ideas particulares?

Ideas/Suposiciones:

Grado de convicción: \_\_\_\_\_ %

Pros (¿Qué habla a favor?)	Contras (¿Qué habla en contra?)

Grado de convicción: \_\_\_\_\_ %