

**Moduł terapeutyczny 6: Zmiana przekonań**

 **Ćwiczenie 6.1 Przypadek Jan: rzeczywiste prześladowanie czy złudzenie?**

|  |  |
| --- | --- |
| **Przykład: Prześladowanie** | **Możliwe konsekwencje** |
| Jan jest przekonany, że jest prześladowany |  |
| **Alternatywne wyjaśnienie:** Jan zauważa, że jego przekonania są związane z problemami zdrowia psychicznego. |  |