

نماذج التدخل المهني

نموذج لورقة عمل لتحديد الأفكار والمعتقدات ومناقشتها مع العميل

cognitive Restructuring Worksheet

© Mind Tools Corporation, 2004 - this may be used only by registered users of the Mind Tools Stress Management Course.

Based on the 'Thought Record' worksheet from Mind Over Mood by Dennis Greenberger and Christine A Padesky © 1995 The Guilford Press, with the permission of the publisher.

Situation	Moods	Automatic	Evidence That	Evidence That	Alternative/	Mood Now,
الموقف	الحالة المزاجية	Thoughts & Images	Supports Hot Thought	Doesn't Support Hot Thought	Balanced Thoughts	Actions & Positive
		المعتقدات والصور الذهنية	الأدلة التي تدعم تلك المعتقدات	الأدلة التي تضد تلك المعتقدات	المعتقدات البديلة المتزنة	الحالة المزاجية والأفعال والمعتقدات الإيجابية Thoughts

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.