

ÖVNING: IFRÅGASÄTT DINA TANKEMÖNSTER

1. GÅ IGENOM DINA SKADLIGA TANKEMÖNSTER, SOM DU SKREV NER I UPPGIFTEN I FÖREGÅENDE AVSNITT, OCH BEDÖM RAD FÖR RAD DERAS SANNINGSHALT.

Om möjligt, fråga också någon du litar på och känner dig väl.

--	--