

Informații Relevante Din Copilărie

Credințe Centrale

Asumpții Condiționale / Atitudini / Reguli (Dacă... atunci...)

Strategii De Coping

Situația

Situația

Situația

Gând Automat

Gând Automat

Gând Automat

Semnificația Gândului Automat

Semnificația Gândului Automat

Semnificația Gândului Automat

Emoția

Emoția

Emoția

Comportamentul

Comportamentul

Comportamentul