

PITANJA ZA EVALUACIJU AUTOMATSKE MISLI

- ŠTO JE DOKAZ KOJI PODRŽAVA TU AUTOMATSKU MISAO? ŠTO JE DOKAZ PROTIV TE AUTOMATSKE MISLI?
- POSTOJI LI ALTERNATIVNO OBJAŠNJENJE?
- ŠTO JE NAJGORE ŠTO BI SE MOGLO DOGODITI? KAKO SE MOGU NOSITI S TIM?
- ŠTO JE NAJBOLJE ŠTO BI SE MOGLO DOGODITI?
- ŠTO JE NAJVJEROJATNIJI ISHOD?
- KOJE SU POSLJEDICE MOG VJEROVANJA U AUTOMATSKU MISAO?
- ŠTO BI MOGLE BITI POSLJEDICE PROMJENE U MOM MIŠLJENJU?
- ŠTO BIH REKAO/LA _____ (PRIJATELJU) KADA BI ON ILI ONA BILI U ISTOJ SITUACIJI?
- ŠTO ĆU PODUZETI U VEZI TOGA?

- KAKO BIH OPISAO/LA SITUACIJU?
- KOJE MISLI ILI SLIKE MI PROLAZE KROZ GLAVU?
- ZAŠTO MISLIM DA JE TA AUTOMATSKA MISAO ISTINITA?
- ZAŠTO MISLIM DA TA AUTOMATSKA MISAO NIJE ISTINITA ILI DA NIJE U POTPUNOSTI ISTINITA?
- KAKO JOŠ MOGU VIDJETI OVU SITUACIJU?
- ŠTO JE NAJGORE ŠTO SE MOŽE DOGODITI? ŠTO BIH TADA MOGAO/LA NAPRAVITI?
- ŠTO JE NAJBOLJE ŠTO SE MOŽE DOGODITI?
- ŠTO ĆE SE NAJVJEROJATNIJE DOGODITI?
- ŠTO ĆE SE DOGODITI AKO NASTAVIM PONAVLJATI ISTU MISAO?
- ŠTO BI SE MOGLO DOGODITI AKO BIH PROMIJENIO/LA SVOJE RAZMIŠLJANJE?
- ŠTO BIH REKAO/LA _____ KADA BI ON ILI ONA BILI U ISTOJ SITUACIJI?
- ŠTO ĆU PODUZETI U VEZI TOGA?