

Tarea 17

A continuación, debe examinar aquellos pensamientos que consideró correcto sobre la conducta de X, y analizar las evidencias que determinan el ajuste con la realidad. En este proceso, el debate debe centrarse en las cuestiones relativas a las propias evidencias, reforzando aquellas conclusiones que en el mismo acto reflexivo y de forma inmediata, puedan llevar a tener una opinión más adaptativa, en relación a las consecuencias que se indican

Qué hace x	Qué piensa x al hacerlo	Qué pienso yo sobre sus motivos para hacerlo	Qué consecuencias tiene mi forma de ver las cosas	Indica una alternativa a tu pensamiento sobre x	Qué consecuencias tendría pensar de esta nueva forma