A.S.A המפתח שלך לחיים חדשים

# טופס משוב הדרכת שיטת Anti Stress Activity באופן אישי לאחר מפגש סיום

מה דעתך באופן כללי על שיטת A.S.A: [✓ א. מצוינת] ב. טובה ג. לא רעה ד. גרועה.

עד כמה תמליץ לחבריך לעבור את התהליך? [✓ א. לכולם בחום.] ב. רק לחלק ג. לא אמליץ כלל.

מה מידה הרצינות והיחס שקבלת לאורך התהליך? [✓ א. יחס מעולה] ב. יחס מצוין
ג. יחס טוב ד. יחס בינוני ה. יחס גרוע.

האם את/ה מוכן/ה לחלוק את ניסיונך עם אחרים? (כתוב מסר ורשמים שלך מהתהליך שיפורסמו באתר האינטרנט של המרפאה. אני מבקש/ת שהשם שיפורסם באתר יהיה ש.ג.ל. בן 26 מחיפה

התוכן: הגעתי לאחר תקופה ארוכה שסבלתי מפחדים וחרדות לגבי [illegible] שלי
יקרה לי משהו בדרכי לעבודה או לכל מקום אחר ואחרי שהגעתי לקליניקה והתחלתי
לעבוד לפי השיטה של A.S.A הלחצים והחרדות נעלמו כמעט כלא היו ועכשיו היה
לי [illegible] לפעמים יכולתי לצאת מהבית, התחלתי לצאת יותר ולבלות להכיר אנשים חדשים
ובעיקר היה לי [illegible] שיש לי עליה במצבי וכשאני התחלתי [illegible] הכי יפה [illegible] לעצמי
[illegible] שלא קרה כבר זמן רב ממש כמה ניסו לעזור לי קודם.

חתימה הודיה תאריך 9.8.13