



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 לחברייך 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 ניסיוןך עם אחרים? (כתוב מסר ורשמים שלך מהתהליך שיפורסמו
באתר האינטרנט של המרפאה. אני מבקש/ת שהשם שיפורסם באתר יהיה חגית כרם קת 50
התוכן: הגעתי לפני כחודש בחזק של סטרס גדול, מתח לבטי,
תרגול קטן ואחד בפס'יות קטנה.
שיתפתי פעולה בתהליך ויצאת אני מאישה מחויזקת ומתחזקת
אני מתבוננת מהמטין לעשות את הנדרש הנית כל יום
כפי שתזק את עצמי כל יום יותר ויותר

חתימה חגית תאריך 1.4.22