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 הודיה בת 34 מהקריות

התוכן: הגעתי לפני כחודש במצב של סטרס וחיסר שינה במשך כ-4 חודשים לאחר טיפול אופל שומני ישסל - הלר התחלתי תרגילים שניתנו לי לישם בבית הסטרס ירד משמעותי והיום אני הכבה יותר רגועה ותצרתי לישון ב"ה.
אני אומנתי לישם את התרגילים כל יום בדפי עמנוח מעדני לרגיעה שלב מעבר סטרס. ממליצה בחום על המרפאה ועל הטיפול.

חתימה לילה תאריך 21\8\2020