

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 לחברך לעבור את התהליך? א. לכולם בחום. ב. רק לחלק ג. לא אמליץ כלל.

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 חילי - 50 - חילי התוכן:

מאמי ספקר לא מאמינה בקצמתי עם חילי
לצורך? לא מאמינה שאני שורה לא מאמינה בקצמתי.

הנשימות - הנוח, שרשרת שלום נתיני

שורה ורעיוני נכח שאני כחש פנימית שורה

האנשים ושמונת אצמתי ואתם אתם

בתפקוד לחץ מאמץ אצמתי

הישגתי הצעתי מנצחתי

ותיף התייפתי!

♡

חתימה רחל תאריך 18.3.22