



ОСПАРИВАНИЕ УБЕЖДЕНИЙ



SMART
Family & Friends

Ниже приведены некоторые примеры распространенных убеждений. В поле ниже оспорьте эти убеждения, используя вопросы для оспаривания. Являются ли эти убеждения рациональными? Если нет, то каким новым эффективным убеждением вы могли бы заменить его?

Споры (вопросы) делятся на три основные категории:

- Доказательства - вопросы об объективной реальности убеждения.
- Логичность - вопросы о том, как убеждение согласуется с логическими рассуждениями.
- Прагматичность - вопросы о пользе убеждения для достижения желаемого результата.

Как родитель, я несу 100% ответственность за то, какими вырастут мои дети.

Если бы мой 33 действительно любил/уважал меня, он бы не употреблял наркотики.

Если я не буду продолжать указывать ему, насколько вредно для него употребление наркотиков, он никогда не остановится

