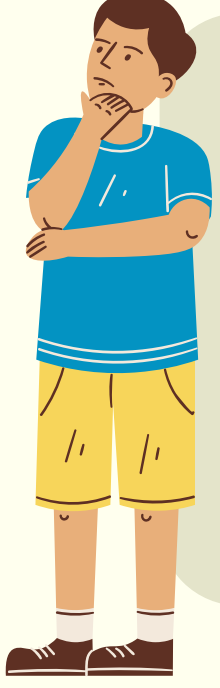
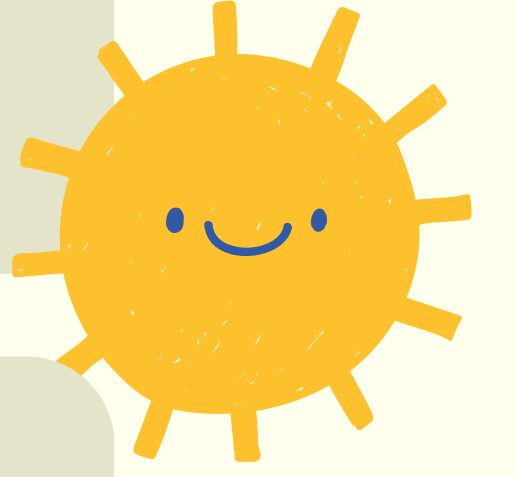


DÜŞÜNCE KAYIT FORMU



Durum:



Otomatik
Düşünceler:

Alternatif
Düşünceler:

Otomatik
Davranışlar:

Otomatik
Duygular:

Alternatif
Davranışlar:

Alternatif
Duygular:

Sonuç:

Sonuç:

