

מעקב יומי של עניינים בחשיבה

שם :

<p>הרגשה(ות) חדשות צין את ההרגשות החדשות והערך את דרגת ההרגשה (0-100%)</p>	<p>מחשבות מתקנות כתוב מחשבות/ות מתקנות לחושבות האוטומטיות והערך כמה את/ה מאמין/ה במחשבה האוטומטית (0-100%)</p>	<p>הרגשה (ות) צין את סוג ההגש: עצוב, חרד, כועס, נל"ד והערך את דרגת ההרגשה (0- 100%)</p>	<p>מחשבות אוטומטיות כתוב מחשבות/ות אוטומטיות שמפידמות לרגשות והערך כמה את/ה מאמין/ה במחשבה האוטומטית (0-100%)</p>	<p>מצב תאר אירוע באופן אוניוורסיטי</p>	<p>תאריך/שנה</p>