

DISPENSA 9.4

**Compito dopo la sessione 4 CPT**

Si prega di scegliere un punto bloccato ogni giorno e rispondere alle domande sul Foglio di lavoro delle Domande Esplorative (9.2) in relazione a ciascun punto bloccato. Si prega di lavorare prima sui punti bloccati direttamente correlati al trauma (ad esempio, "È colpa mia", "Avrei potuto impedirlo", "Se avessi fatto X, non sarebbe successo"). Sono fornite copie extra dei Fogli di lavoro delle Domande Esplorative (9.2), in modo da poter lavorare su più punti bloccati. Inoltre, leggere la Guida per il foglio di lavoro sulle domande esplorative (9.3) e consultarla quando necessario.