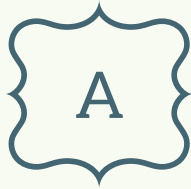


VASTOINKÄYMINEN

MITÄ TAPAHTUI? KUVAILE OMIN SANOIN,
MITÄ SINULLE TAPAHTUI. KERRO TÄSSÄ
KOHTAA VAIN TILANNEKUVAUS.



AUTOMAATTISET AJATUKSET

MITÄ AJATTELIT TILANTEESSA? KERRO
MILLAISIA AJATUKSIA VASTOINKÄYMINEN
SINUSSA HERÄTTI. KERRO TÄSSÄ KOHTAA
VAIN AJATUKSISTA.



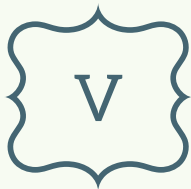
HUOLITUNTEET

MILLAISIA TUNTEITA TUNSI TILANTEESSA?

KERRO MILLAISIA TUNTEITA

VASTOINKÄYMINEN SINUSSA HERÄTTI.

KERRO TÄSSÄ KOHTAA VAIN TUNTEISTA.



VASTAVÄITTELY

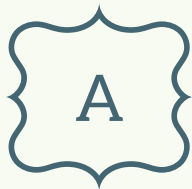
OTA NYT ALUN AJATUKSESI JA TUNTEESI TARKASTELUUN
JA MIETI NIITÄ NELJÄN KYSYMYKSEN KAUTTA.

TODISTEET: VASTAAKO AJATUKSENI TODELLISUUTTA?

VAIHTOEHDOT: ONKO MAHDOLLISTA AJATELLA TOISELLA TAVALLA?

SEURAUUS: MITÄ SEURAA, JOS AJATTELEN TÄLLÄ TAVALLA?

HYÖTY: OVATKO NÄMÄ AJATUKSET HYÖDYLLISIÄ?



AVARTUMINEN

MIETI NYT, MILTÄ TUNTUU JA MITÄ AJATUKSIA SINULLA
ON VASTAVÄITTELYN JÄLKEEN.
MUUTTUIKO JOKU AJATTELUSSASI?
KOITKO UUSIA TUNTEITA?