

# Fiche A-B-C

Date: \_\_\_\_\_ Cliente: \_\_\_\_\_

## EVENEMENT

**A**

“Quelque chose se passe”



## Pensée

**B**

“Je me dis quelque chose”



## Sentiment

**C**

“Je ressens quelque chose”



--	--	--

## Fiche de changement des Croyances et des Sentiments

1. Point encre



2. Sentiments



3. Questions



4. Nouvelle idée



5. Changement dans les

