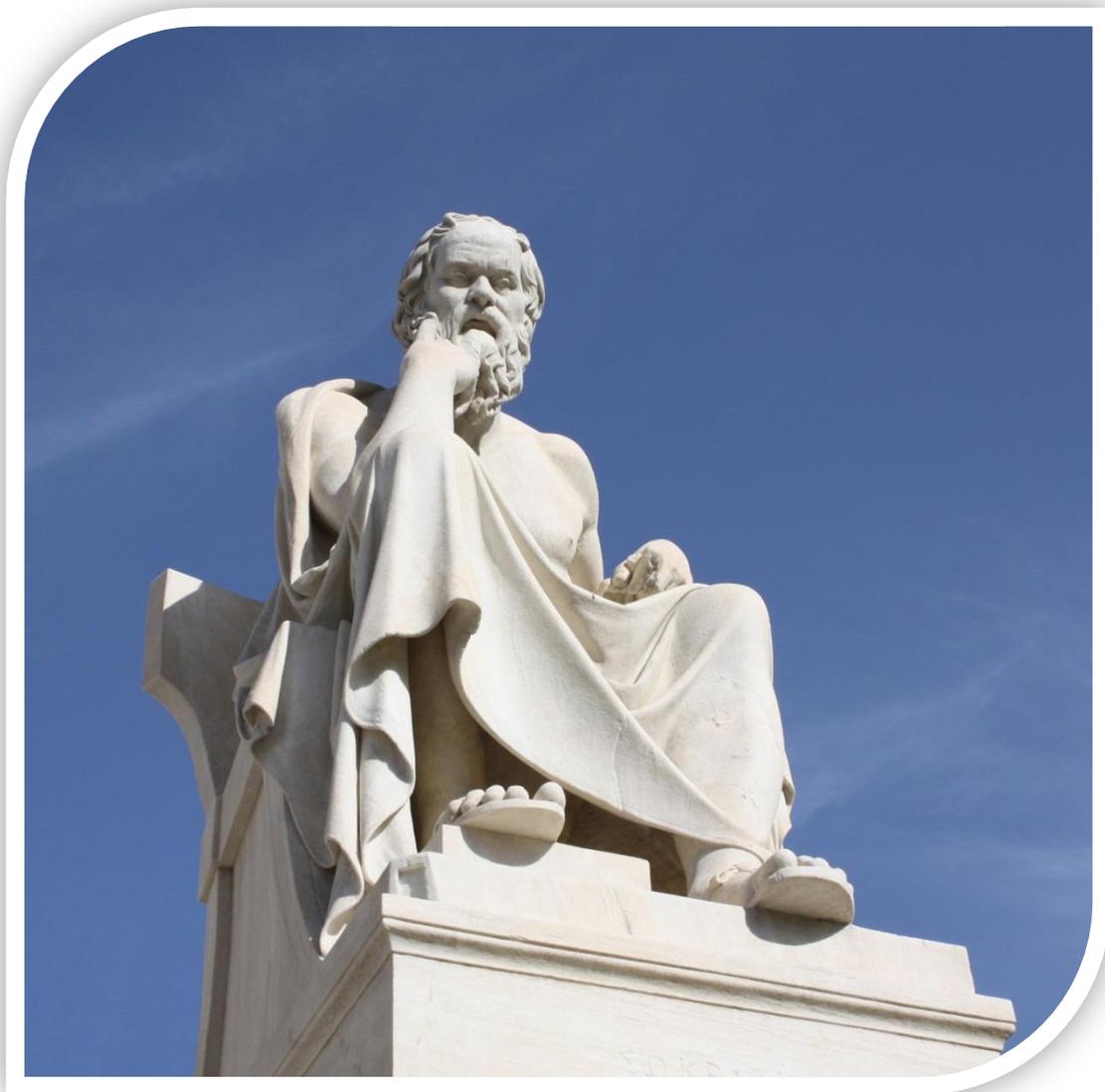


Stéphanie Milot
OSEZ VOUS AMÉLIORER

LE QUESTIONNEMENT SOCRATIQUE



*Inspiré de textes et schéma de Diane et Estelle Borgia et de l'approche
émotivo-rationnelle telle qu'enseignée par Lucien Auger, philosophe, psychologue et professeur.*

LE QUESTIONNEMENT SOCRATIQUE

1. Où est la preuve ?
2. Sur quoi est-ce que je me base ?
3. Cela est-il vrai ?
4. Puis-je le démontrer ?
5. Comment est-ce que je le sais ?
6. Pourquoi faut-il que ce soit ainsi ?
7. Y a-t' il une loi qui dit cela ?
8. Le faut-il vraiment ?
9. En quoi est-ce que cela m'affecterait ?
10. Quel effet cela produirait-il ?
11. En quoi cela est-il affreux, horrible, impossible ?
12. Pourquoi dois-je faire ou ne pas faire ?
13. Qu'arriverait-il si... ?
14. Qu'est-ce qui pourrait arriver de pire ?
15. Quelles sont les possibilités que cela arrive ?
16. Le risque est-il si grand ?

