מדרג הטריגרים שלך

טבלה עם אפשרות למילוי במחשב (מתוך טופס 4)

|  |  |
| --- | --- |
| **פריט, טריגר**  | **מצוקה**  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

