

ويرفضونني وعلى سبيل التجربة خرجت المريضة ذات ليلة مع صديقاتها، وقد تحدثت المريضة في عدة مناسبات تالية لتختبر مزيداً من افتراضاتها مرة أخرى، دون حدوث أي عواقب سلبية على الرغم من عدم موافقة صديقاتها على تلبية رغباتها طوال الوقت. أعادت المريضة صياغة افتراضها على النحو التالي إذا قلت ما أريده، فسوف يراه الآخرون سلوكاً عادياً، إذا سوف أقول شيئاً غيبياً وسوف يضحك الجميع مني وكانت المريضة قلقة بشأن تلك التجربة، فليس هناك داع للتجربة، ويمكن النظر إلى الضحك على أنه غير مؤثر، لتجنب كل من المعالج والمريض القفز إلى الاستنتاجات، استقرت المريضة على استخدام افتراض صحي بديل بدلاً من افتراضها القديم غير التكيفي: «عندما أتحدث في مجموعات، سوف يكون تركيزي على التعلم وقبول الذات، ولن أعير انتباهي لضحك الآخرين إذا أخطأت في شيء ما» ويقترح فينيل Fennell أن بدائل الافتراضات غير التكيفية يمكن أن تكتب على بطاقات لكي يقرأها المرضى بشكل متكرر، يمكن استخدام التجارب السلوكية على الفور للاختبار مدى فائدة القواعد والافتراضات الجديدة التي يتبناها المرضى، تكون عملية التعاون بين المعالج والمريض إبداعية أكثر من كونها تعديلية بدلاً من النظرة الضيقة الناتجة عن التركيز على أنماط السلوك القديمة. ينبغي على المعالج أن يناقش مع مرضاه الطرق المختلفة التي يمكن من خلالها استخدام التجارب السلوكية، بدلاً من افتراض أنهم جميعاً يريدون أن يكونوا مبدعين أكثر من أن يكونوا مصححين لمعتقداتهم القديمة (غالباً ما يغفل تفكير المعالجين الحماسي حول التغييرات التي يمكن أن يقوم بها المرضى، لا يمكن اختبار جميع الافتراضات باستخدام التجارب السلوكية لتحديد إذا ما كان تنبؤ المريض دقيقاً أم لا، وعلى سبيل المثال إذا كنت سينا في هذه الحياة، أم يقصد الانتهاكات الحتمية التي يقع فيها بحكم أن الإنسان ليس معصوماً من الخطأ؟ وهل ستكون معاناة المريض أبدية، أم ستكون محددة بوقت معين؟ وهل إله المريض رحيم أم منتقم؟ وهل يمكن مكافأة المريض من معاقبته في الآخرة؟ ويحاول المعالج من خلال هذه المناقشات أن يساعد المريض في تكوين رؤية متوازنة لما ينتظره في الحياة الآخرة، إذا كان المريض غير قادر على اختبار الجزء «إذا. وهو إجراء مسح (انظر النقطة ٥٩) على الأشخاص المعنيين بالأمور الدينية للتأكد من وجهات نظرهم حول هذا الموضوع، ونتيجة لهذا المسح قال المريض إنه وجد شخصاً «ذا مكانة دينية وأكثر فهماً لتلك الأمور الدينية من المعالج لكي يتحدث معه عن مخاوفه وترك العلاج (أخبر المعالج المشرف عليه أنه كافح في التحدث عن الآخرة، غير مهتم بما يكفي بالأمور الدينية).