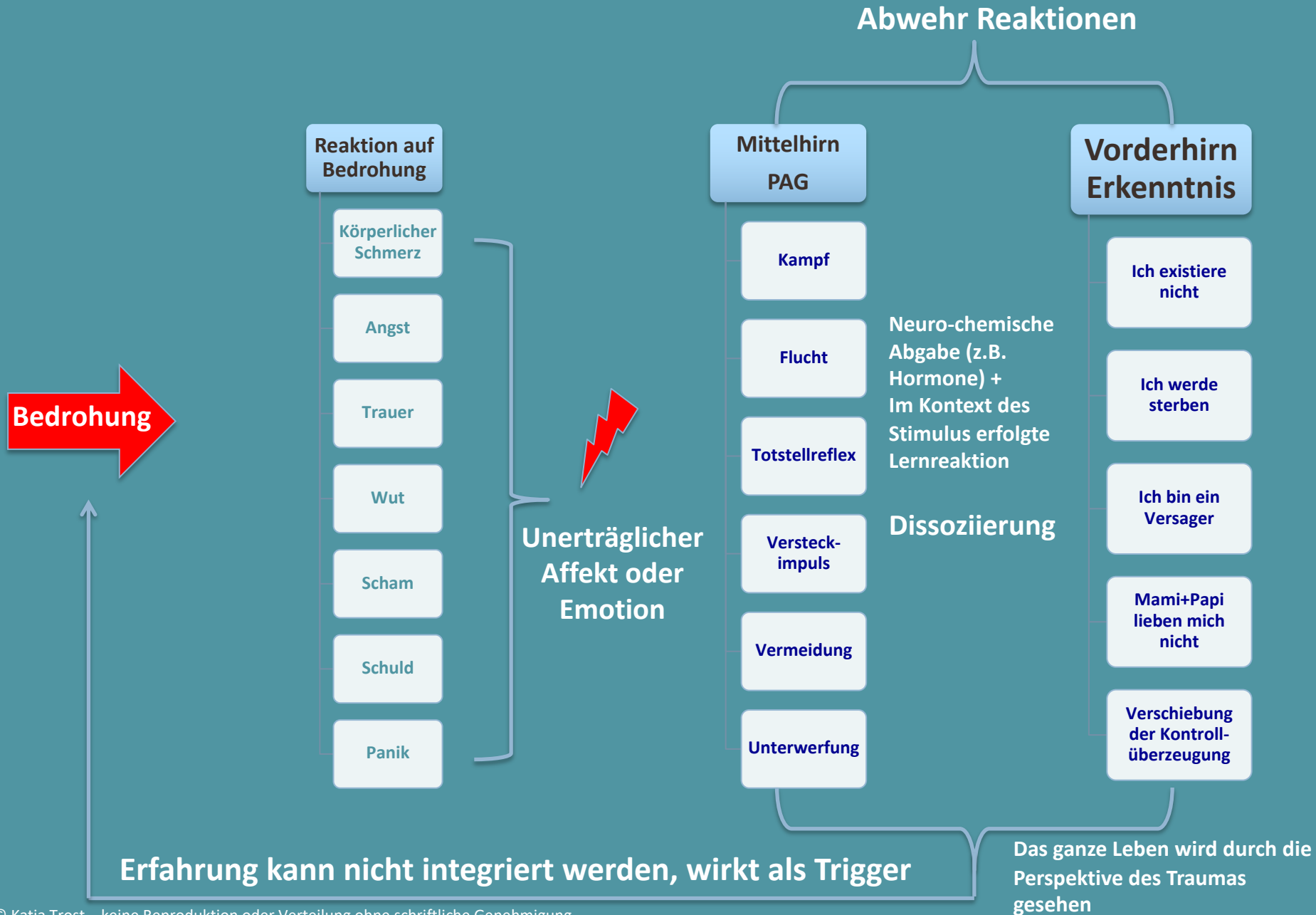
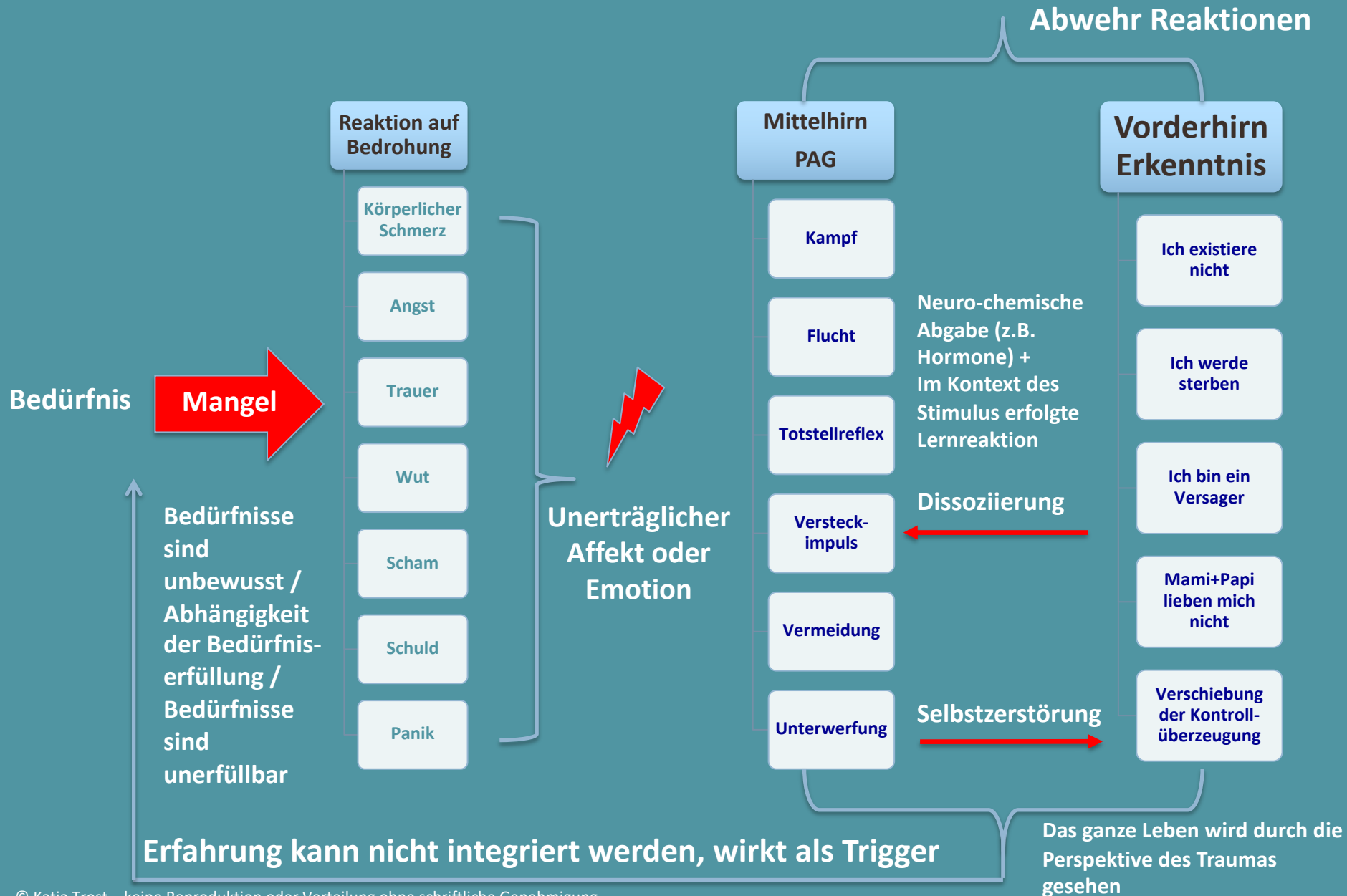
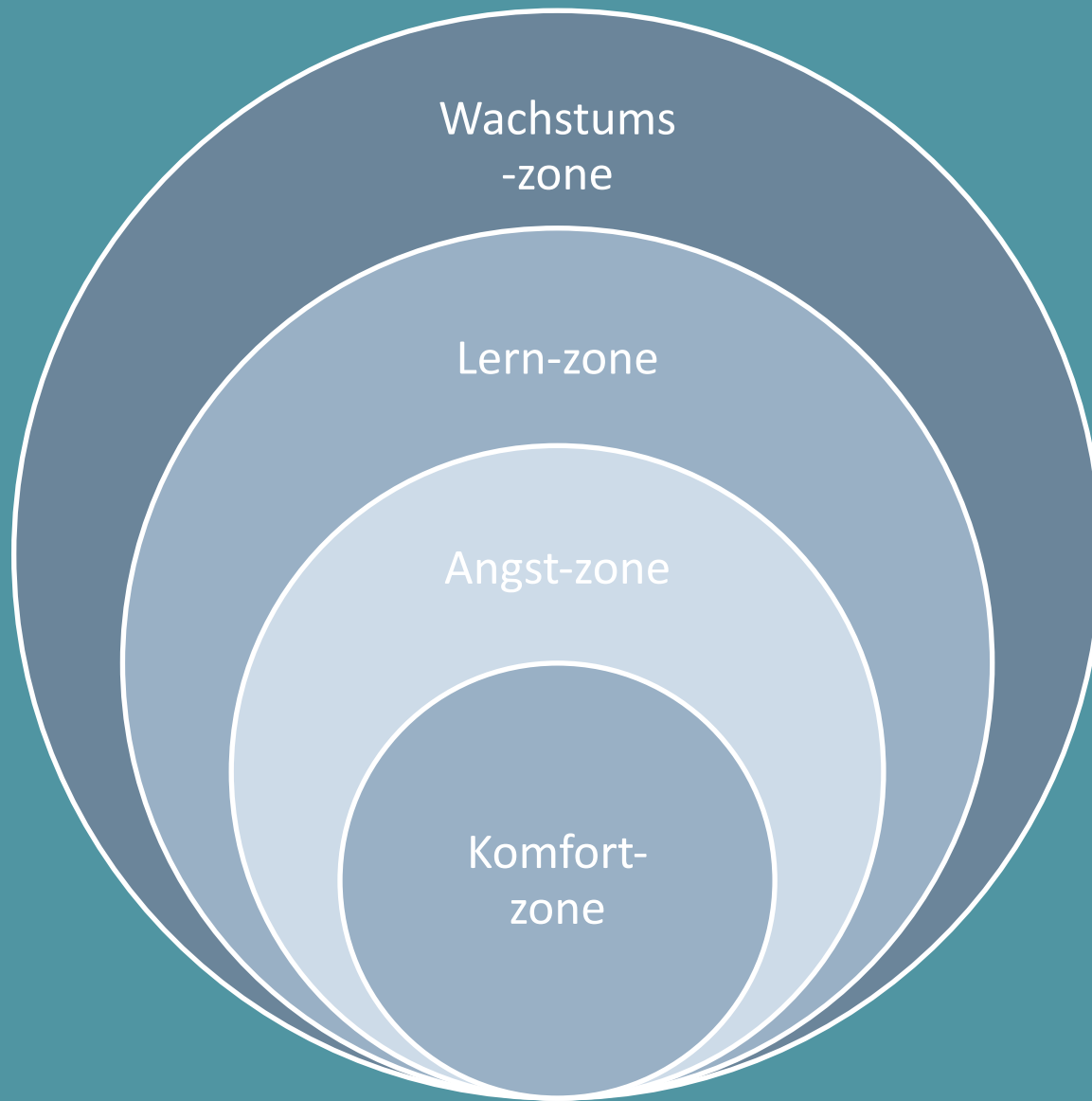


Trauma Schleife



Trauma Schleife Entwicklungstrauma





Ängste erkennen

Wie möchte ich eigentlich handeln?	Was tue ich stattdessen?	Welche Ängste stehen eigentlich dahinter?
z.B. Gewicht abnehmen, indem ich weniger esse	z.B. Ich stopfe mich mit Süßigkeiten voll, esse, wenn ich keinen Hunger habe, wähle das falsche Essen	z.B. Ich fühle mich sonst leer, lenke mich mit Essen ab, wenn ich schlank wäre, wäre ich attraktiver und müsste mich mit meiner Bindungsfähigkeit beschäftigen