KAUSALEREIGNIS IN DER BEZIEHUNG

Kausalereignis

1. Wann hast du ……. zum ersten Mal erlebt?
Wann war das?

2. Wie lange dauerte das Ereignis?

3. Gehe an den Ereignisanfang, sage mir, wenn du da bist.

4. Wo bist du?

5. Gehe das Ereignis von Anfang bis zu Ende durch. GEGENWARTSFORM!!
Gibt es dort weiter noch etwas Unangenehmes?

6. Hattest du dort unangenehme Gefühle? (Emotionen, körperliche Gefühle)
Was war dort **DAS SCHLIMMSTE** für dich?

7. Wir klären das SCHLIMMSTE und alle weiteren geschriebenen Negationen

5. Gehe das Ereignis von Anfang bis Ende durch.

6. Hattest du dort unangenehme Gefühle (Emotionen, körperliche Gefühle)?
Was war dort DAS SCHLIMMSTE für dich?