

Bearbetning av barndomstrauma/självkänsla

	Före bearbetning	Efter bearbetning
Kort beskrivning av bilden som föreställer den värsta delen av händelsen.	Subjektivt upplevt obehag =	Subjektivt upplevt obehag =
Vad känner barnet (t.ex. skam, ledsen, arg)? Hur starka är känslorna? (0–100%) Var någonstans i kroppen känns känslorna?		
Hur ser barnet på sig själv som person (<i>fruktad självbild</i>)? Hur skulle du vilja tänka om dig själv i stället (<i>önskad självbild</i>)?		
Hur tror barnet att den andra ser på honom/henne?		
Vilken slutsats drar barnet inför framtiden utifrån det som har hänt?	Jag måste (<i>kravsjälvbild</i>)	
Övrigt		