

Verhaltensanalyse - Kurzschemata

| labilisierende Bedingungen | Auslöser | innere Verarbeitung | Verhalten | Folgen kurzfristig/langfristig | |
|-----------------------------------|---|--|--|---|---|
| | situativ: Gedanken: Gefühle: Körperreaktionen: | Gedanken: Gefühle: Körperreaktionen: | Problemverhalten: Gedanken: Gefühle: | situativ: Gedanken: Gefühle: Körperreaktionen: | situativ: Gedanken: Gefühle: Körperreaktionen: |

Lösungsvorschläge:

.....