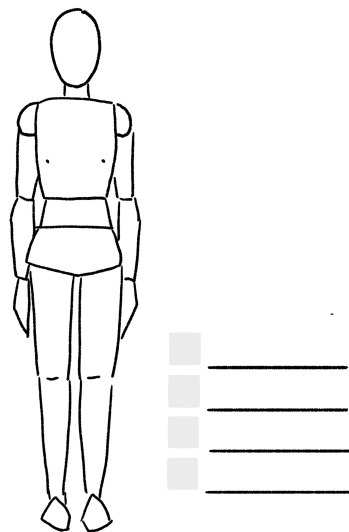


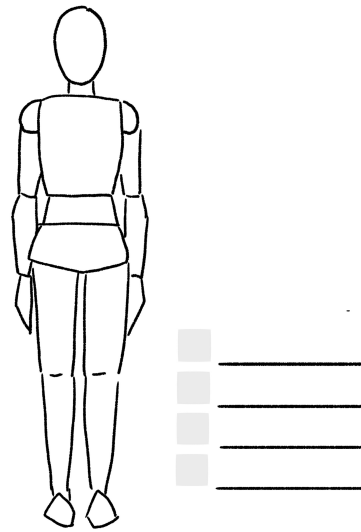
Mein Bindungsbedürfnis

- So fühle ich mich, wenn mein Bedürfnis nach Bindung & Beziehung erfüllt ist:
- So fühlt sich mein Körper dann an:

VORDERSEITE



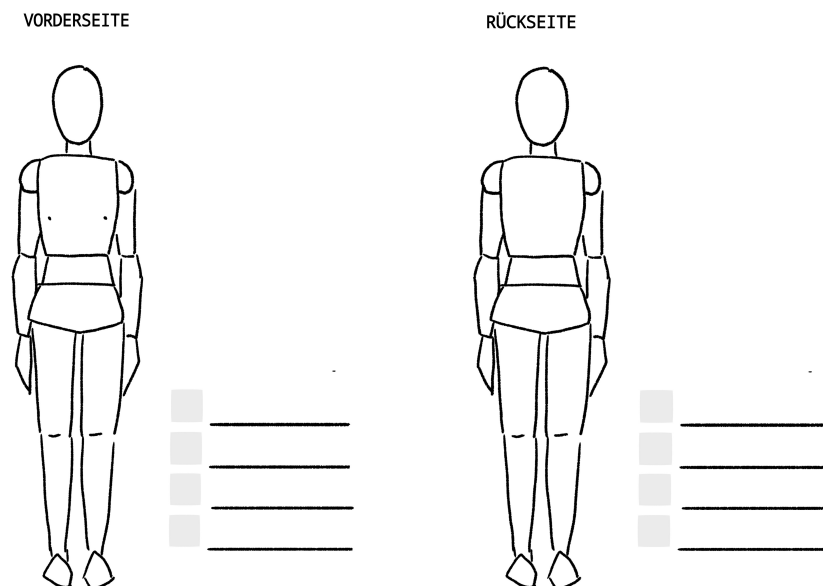
RÜCKSEITE



- Was für Gedanken liegen dann obenauf?

- So fühle ich mich, wenn mein Bedürfnis nach **Bindung & Beziehung** nicht erfüllt ist:

- So fühlt sich mein Körper dann an:



- Was für Gedanken liegen dann obenauf?

- Was bedeutet **Bindung & Beziehung** für mich genau?

- Wo wird mein Bedürfnis nach **Bindung & Beziehung** gerade erfüllt? Wann wird es erfüllt? In welchen Kontexten oder Situationen? Mit welchen Menschen? Bei welchen Tätigkeiten?