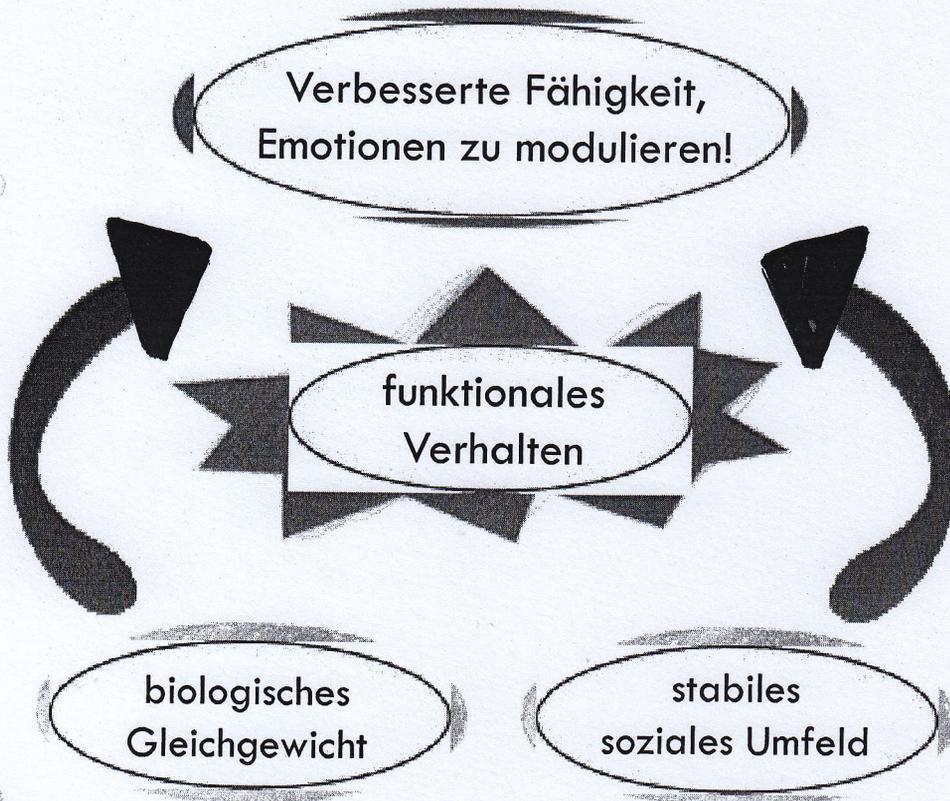




Du kannst Deine Problematik verbessern!



Nun die gute Nachricht:

Du kannst Deine Art Probleme zu lösen, verbessern! Du hast es tatsächlich selbst in der Hand. Wenn Du beginnst, Dein Verhalten zu verändern, so wird sich auch Schritt für Schritt Dein biologisches System ändern und Deine Eingebundenheit in die Umwelt verbessern.

„Oh Gott, das schaffe ich nie!“, „Jetzt soll ich auch noch die Verantwortung übernehmen, wo's mir eh schon so schlecht geht?“

„Jetzt schieben die mir auch noch die Schuld für die Borderline-Störung in die Schuhe“? Die meinen wohl, ich mache das absichtlich ...“

Kommen Dir diese Gedanken bekannt vor?