

Mitä syömishäiriötä ylläpitäviä tekijöitä tunnistat tilanteessanne? Alleviivaa tai merkitse tähdellä mielestäsi tärkeimmät.

Aliravitsemus	
Vuorovaikutus	
Sisäiset tekijät	
Mitä itse pystyisit tekemään näiden suhteen?	Mitkä asiat sinua estävät? Voitko vaikuttaa niihin?