



Övning: Ätstörningsbeteende

Varför?

Du känner igen vilka former av ätstörningsbeteende din närstående har och inom vilka områden i livet de tar sig uttryck.

Hur?

Olika livsområden listas nedan. Fundera på om din närståendes ätstörningsbeteende påverkar dem. Svara med "ja" eller "nej".

Fundera samtidigt på vilket livsområde som ätstörningsbeteendet är mest besvärande.

Ätande och måltider

Svara med "ja" eller "nej". Tänk också på hur störande beteendet är på det här området.

Rörelse och den egna kroppen

Svara med "ja" eller "nej". Tänk också på hur störande beteendet är på det här området.

Fritidsintressen

Svara med "ja" eller "nej". Tänk också på hur störande beteendet är på det här området.

Skolgång, studier eller arbete

Svara med "ja" eller "nej". Tänk också på hur störande beteendet är på det här området.



Familjelivet

Svara med "ja" eller "nej". Tänk också på hur störande beteendet är på det här området.

Andra relationer

Svara med "ja" eller "nej". Tänk också på hur störande beteendet är på det här området.