





**molecules in motion**  
DIE INNERE ALCHEMIE DER TRANSFORMATION

## 2. Trigger Muster erkennen

Kannst Du in den Situationen ein Muster erkennen?  
Kannst Du Cluster erkennen? z.B. Social Media Accounts von sehr schlanken Frauen, Freundin die über Ihre Diät spricht., Du reagierst genervt oder feindselig, Thema könnte Ernährung oder Selbstakzeptanz sein)

Wiederkehrende Situation	Thema

