



الصدمة التي مرتت بها

ذكريات الصدمة التي مرتت بها

ما كنت أعتقد في ذلك الوقت

ما أعتقد الآن

ما أمر به الآن

كيف أتعامل معه

المثيرات

الذكريات
تبقى
غير معالجة
(unprocessed)

المعتقدات
تبقى
دون تغيير