

Reaktion – minne/känsla/kropp	Situation Var var du? Vad gjorde du? Med vem?	Vad var likheter med traumasituation? Plats/Miljö – ställe, omgivning, natur, ljus/mörker? Personer – liknande personer, kläder, beteenden, prat? Fysiska förnimmelser – känslor, sensationer, rörelser, lukter, positioner, beröring etc? Objekt – liknande föremål, saker, bilder, foton etc? Ljud – plötsliga ljud, stämmor, sirener, bilar, steg? Andra sensoriska påminnelser – lukter, ljud, smaker, sensationer