HOJA DE TRABAJO DE CONDUCTA SEXUAL [4]

"Será doloroso recordar algunas de nuestras acciones, pero las escribimos de todos modos. Cuando enfrentamos la culpa que nos dice convincentemente ´Cometiste un error´, nos liberamos de la vergüenza que falsamente nos dice ´Eres un error' "(Doce pasos y Doce Tradiciones de Overeaters Anonymous, p.43).

1	2			3			4	5							6	7
¿A quién hice daño?	¿Fui?			Desperté injustificadamente:			¿Quién más qué herido, si fue así?	¿Cuál defecto de carácter o rasgo de mi personalidad dispara mi reacción?							¿Cómo fui culpable?	En el futuro…
	Egocéntrico	Deshonesto	Desconsiderado	Celos	Suspicacia	Amargura		Deshonestidad	Expectativas	Avaricia/Envidia	Miedo	Baja autoestima	Egocentrismo	Otro		