

TAREA #6

Conceptos básicos del primer paso

FECHA: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ FECHA DE ENTREGA: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Para realizar con todo este primer paso, revisa la lectura” ACEPTACION “.

Lee el primer paso del libro de los 12 pasos.

Del libro tal como la ve BILL; revisa los párrafos:

HONESTIDAD:17-20-44-52-70-74-83-102-140-156-172-173-205-213-222-227-238-248-251-258-270-277-279-295-312.

HUMILDAD: 2-10-12-31-36-38-40-44-46-74-83-91-97-106-126-139-149-156-160-168-191-199-211-212-213-223-226-236-244-246-248-271-291-304-305-311-316-325.

“Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol y/o las drogas y que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables”

7.-Define HONESTIDAD y anota 10 ejemplos recientes.

8.-Define HUMILDAD y anota 10ejemplos recientes.

9.- ¿Por qué es importante ser honesto(a)?

10.- ¿Por qué es importante ser humilde?

11.- ¿Sientes o experimentas dolor, vergüenza o culpa por tu fondo de sufrimiento? ¿Por qué?

12.-Define IMPOTENCIA y anota 3 ejemplo recientes.

13.-Define INGOBERNAVILIDAD y anota 10 ejemplos de tu vida de adicción activa.

14.-Define ADMITIR y por qué es importante tu derrota ante los químicos.

15.- ¿Qué diferencia hay entre abstinencia y sobriedad?

16.-Define OBSECION y anota 5 ejemplos.

17.-Define COMPULCION y anota 5 ejemplos.

18.-Explica cómo te afecto socialmente el uso de químicos.

19.-Explica cómo te afecto en su salud física, mental y emocional el uso de químicos.

20.-Explica como afecto a tu familia el uso de químicos.

21.-Explica cómo te afecto espiritualmente el uso de químicos.

22.-Explica hacia donde te puede llevar tu necesidad o terquedad de no derrotarte ante los químicos.

23.- ¿Es importante que para no derrotarte seas autosuficiente? ¿Por qué?

24.- ¿Crees que solo con la fuerza de voluntad puedes controlar tu enfermedad?

25.- ¿Por qué es importante tocar fondo?

26.- ¿Qué estás dispuesto(a) a hacer para liberarte de esa despiadada obsesión por usar químicos?