



MANIFESTACIONES DE LA HERIDA

La sensación de que hay algo erróneo en nosotras, que algo está mal, que no somos suficientemente buenas.	<input type="checkbox"/>
Una confusión interna y difusa sobre quién eres en realidad.	<input type="checkbox"/>
La sensación de haber perdido algo valioso en nuestro interior.	<input type="checkbox"/>
Falta de claridad sobre nuestros objetivos, misión o sueño	<input type="checkbox"/>
Culpabilidad	<input type="checkbox"/>
Incapacidad para conectar emocionalmente con nuestros hijos.	<input type="checkbox"/>
Aceptar relaciones abusivas.	<input type="checkbox"/>
Justificar a quien nos trata con desprecio o violencia.	<input type="checkbox"/>
Nunca sentirnos del todo seguras.	<input type="checkbox"/>
Pensar que no seremos capaces de tomar decisiones correctas	<input type="checkbox"/>
Buscar complacer a otros, gustarles incluso si eso nos hace tener que correr peligros, estar a disgusto o hacer cosas que no deseamos.	<input type="checkbox"/>
No atrevernos a ser nosotras mismas para no sufrir el rechazo familiar o social.	<input type="checkbox"/>
Valorarnos por como nos valoran los demás.	<input type="checkbox"/>
Tener dificultades para poner límites.	<input type="checkbox"/>



MANIFESTACIONES DE LA HERIDA

Sentir que nos miran con desprecio.	<input type="checkbox"/>
Correr riesgos para no disgustar a amigos o parejas.	<input type="checkbox"/>
La sensación de necesitar que otra persona nos haga felices..	<input type="checkbox"/>
La sensación de que nadie nos va a elegir si somos transparentes.	<input type="checkbox"/>
Vergüenza de nuestro cuerpo.	<input type="checkbox"/>
Vergüenza por no ser feliz o no ser perfecta.	<input type="checkbox"/>
Desprecio hacia otras mujeres.	<input type="checkbox"/>
Valorar y justificar lo que hacen los hombres aunque sea inmoral.	<input type="checkbox"/>
Culpar a la víctima y culparte tu misma si lo eres.	<input type="checkbox"/>
Incomodidad o asco hacia procesos y funciones corporales femeninas.	<input type="checkbox"/>
Buscar la mirada y la validación masculina continuamente.	<input type="checkbox"/>
Cambiar lealtades según sientas que vas a ser favorecida.	<input type="checkbox"/>
Sentir fascinación por los actos violentos.	<input type="checkbox"/>
Temer llamar la atención o querer llamarla todo el tiempo.	<input type="checkbox"/>