

Taller de la Unidad en la Diversidad

1. Diversidad en la enfermedad:

Diversidad en los alimentos compulsivos

Diversidad en la relación con la comida

1. Obesidad
 - a. Con sobre peso
 - b. Con peso oscilante
2. Bulimia
3. Anorexia

Diversidad en la educación, raza, sexo, credo, edad y clase social.

2. Diversidad en la recuperación:

Diversidad en el plan de comidas

Diversidad en la abstinencia

Diversidad en la práctica de los instrumentos

Diversidad en la práctica de los doce pasos.

Diversidad no en los principios si no en la practica

1. Diversidad en la enfermedad:

1. Identifico la enfermedad de comer compulsivamente como una enfermedad con muchos síntomas y una solución?
2. Veo con claridad los alimentos compulsivos para los diferentes síntomas de la enfermedad?
3. Me identifico con los síntomas de la enfermedad y veo la identificación de otros diferentes a los míos?
4. Entiendo con claridad que la enfermedad puede estar en las diferentes clases de personas sin distinción de educación, raza, sexo edad, credo y clase social.
5. Como actuaría una persona con los conocimientos anteriores frente a la persona que llega.

2. Diversidad en la recuperación:

1. Que características debería tener mi plan de comidas

- a. Frente a los instrumentos. Enumérelos.
2. Abstinencia (leer en el discurso de Rosanne que es abstinencia)
 - a. Cuando pierdo mi abstinencia
 - b. Cuantos resbalones constituyen una recaída.
 - c. Estoy consciente de mi estado frente al programa abstinentes – recaído
3. Si estoy en proceso de recuperación, con altibajos en las áreas de mi vida. Como puedo saber si estoy abstinentes? Como lo definiría.

Hablemos de nuestra abstinencia