**ENCUESTA “AUTOACEPTACIÓN”**

1. Para mí no es fácil admitir que…
2. No puedo creer que en el pasado yo…
3. No me es fácil aceptarme cuando yo…
4. Una de mis emociones que no me gusta aceptar es…
5. Una de mis acciones que no me gusta aceptar es…
6. Uno de los pensamientos que no me gusta aceptar es…
7. Una de las partes de mi cuerpo que no me gusta aceptar es…
8. Si yo aceptara más mi cuerpo…
9. Si yo aceptara más las cosas que he hecho…
10. Si yo aceptara más mis sentimientos…
11. Si yo aceptara mis deseos y necesidades de forma honesta…
12. Lo que más me asusta de aceptarme es…
13. Si los demás vieran que me acepto más…
14. Lo bueno de no aceptarme sería…
15. Empiezo a darme cuenta de que…
16. Empiezo a sentir…
17. Si dejo de negar lo que siento