

Desencadenants:

- "feblesa" [redacted]
- actitud [redacted]
- (factor nena, tasques domèstiques, ...)
- decepció [redacted] (rel. parella)

Carac. de personalitat

- exigent amb si mateixa i els altres.
- Perfeccionista
- Expressió ira (b.h.s.s)
- HIPERRESPONSABLE**

Pensaments:

"Ja li sou", "pues aquí he arribat", "què he fet malament perquè això estigui passant"

Emoció:

**TRISTESA**  
ira

continuació estratègies

Conducta:

inhibir-se, maneges de dispost  
... **Plora** ...  
per un orit, replicar i demandar als altres (expressió ira).

Interferència vida familiar (parella)

Reacció dels altres

- enfadament
- **Indulgent**
- tristesa

Afectació estat ànim

**CULPABILITAT**

↓ rel. sexuals

