

1. ¿Cómo dirías que es hoy día tu relación con el autocuidado? ¿Qué aspectos del mismo te gustaría reforzar o cultivar?



2. ¿Has experimentado en algún momento síntomas de la llamada Fatiga de la Compasión? ¿En qué situación se dio y cómo fue tu vivencia? ¿De qué forma gestionarías en la actualidad tal situación?

*3. Por otra parte, ¿reconoces haber vivido algún encuentro con otra persona que resultara útil y sanador tanto para ti, como para el otro?
¿Cómo fue aquel encuentro?*