

*¿Qué reflexión o comprensión  
suscita en ti la frase: “sacrificamos  
nuestra autenticidad por la  
supervivencia y la pertenencia”?  
Cuando en tu entorno se habla  
sobre el tema de la sexualidad,  
¿te incomoda?*

*Te proponemos que puedas elaborar  
tu propio mapa de partes internas  
a partir de la lectura sugerida.  
Encuentra una forma creativa de  
plasmarlas en un documento y que  
te sirva para conocerlas mejor.*

*¿Qué recursos tienes en este momento (internos y externos) que intuyes te pueden ayudar a avanzar en el proceso de integración?*