

CÁROL CORRALES



DISFRUTA TU FRUTA SIN MIEDO AL DOLOR

MÓDULO 5 | CNV

PROGRAMA ONLINE DE CUERPO Y PLACER ORIGINAL
PARA LA DESACTIVACIÓN DEL DOLOR PÉLVICO Y VULVOVAGINAL

Revolución jash!

SENTIMIENTOS CUANDO LAS NECESIDADES ESTÁN SATISFECHAS

Abierta	Deslumbrada	Intrépida
Absorta	Despejada	Intrigada
Activa	Despierta	Jovial
Afectuosa	Despreocupada	Libre
Afortunada	Dichosa	Ligera
Agradecida	Divertida	Llena de energía
Alegre	Efusiva	Llena de vida
Alerta	Embelesada	Lúcida
Aliviada	Emocionada	Motivada
Amorosa	En paz	Optimista
Animada	Encantada	Orgullosa
Apacible	Enérgica	Plena
Apasionada	Entretenida	Pletórica
Asombrada	Entusiasmada	Preparada
Atenta	Equilibrada	Próspera
Atraída	Esperanzada	Próxima
Audaz	Estimulada	Radiante
Cálida	Estupenda	Realizada
Calmada	Maravillada	Reconfortada
Capaz	Eufórica	Regocijada
Cariñosa	Exaltada	Relajada
Cautivada	Excitada	Renovada
Cómoda	Expansiva	Revitalizada
Compasiva	Expectante	Risueña
Complacida	Exuberante	Satisfecha
Comprensiva	Extasiada	Segura
Comprometida	Exultante	Serena
Con ganas	Fascinada	Sociable
Confiada	Feliz	Sorprendida
Conmovida	Fortalecida	Sosegada
Contenta	Fuerte	Tranquila
Cordial	Generosa	Valiente
Curiosa	Gozosa	Valorada
Decidida	Ilusionada	Valerosa
Descansada	Inspirada	Vigorosa
	Interesada	Viva

Revolución jaah!

SENTIMIENTOS CUANDO LAS NECESIDADES NO ESTÁN SATISFECHAS

Abatida	Descontenta	Incapaz
Abrumada	Descorazonada	Incómoda
Aburrida	Desdichada	Indecisa
Acobardada	Desencantada	Indefensa
Acongojada	Desengañada	Indiferente
Afectada	Desesperada	Indignada
Afligida	Desesperanzada	Inestable
Agitada	Desfasada	Infeliz
Agobiada	Desgarrada	Inquieta
Agotada	Desgraciada	Insegura
Alarmada	Desilusionada	Intranquila
Aletargada	Desmoralizada	Irritada
Alicaída	Desmotivada	Malhumorada
Alienada	Desolada	Melancólica
Alterada	Desorientada	Molesta
Amargada	Destrozada	Nerviosa
Angustiada	Desvalida	Paralizada
Ansiosa	Disgustada	Perezosa
Apagada	Distante	Perdida
Apática	Dolida	Perpleja
Apenada	Dudosa	Pesimista
Aprensiva	En shock	Preocupada
Arrepentida	Encolerizada	Presa del pánico
Asqueada	Enfadada	Reacia
Asustada	Enfurecida	Recelosa
Atemorizada	Enloquecida	Rencorosa
Aterrorizada	Enojada	Resentida
Aturdida	Escandalizada	Reticente
Avergonzada	Escéptica	Retraída
Bloqueada	Estancada	Rota
Cansada	Estupefacta	Saturada
Celosa	Exasperada	Sobresaltada
Confusa	Exhausta	Sola
Conmocionada	Extenuada	Sorprendida
Consternada	Extrañada	Susceptible
Contrariada	Fastidiada	Taciturna
Crispada	Fatigada	Temblorosa
Débil	Frágil	Temerosa
Decepcionada	Frustrada	Tensa
Deprimida	Furiosa	Titubeante
Derrengada	Hambrienta	Trastornada
Derrotada	Harta	Triste
Desalentada	Hastiada	Turbada
Desanimada	Herida	Vencida
Desasosegada	Horrorizada	Violenta
Desconfiada	Impaciente	Vulnerable
Desconsolada	Impotente	

I

Revolución jaah!

FALSOS SENTIMIENTOS (EVALUACIONES OCULTAS)

Abandonada
Acorralada
Acosada
Acusada
Aislada
Alejada
Amenazada
Apartada
Atacada
Atrapada
Avergonzada
Censurada
Coaccionada
Culpable
Degradada
Desacreditada
Desamparada
Desatendida

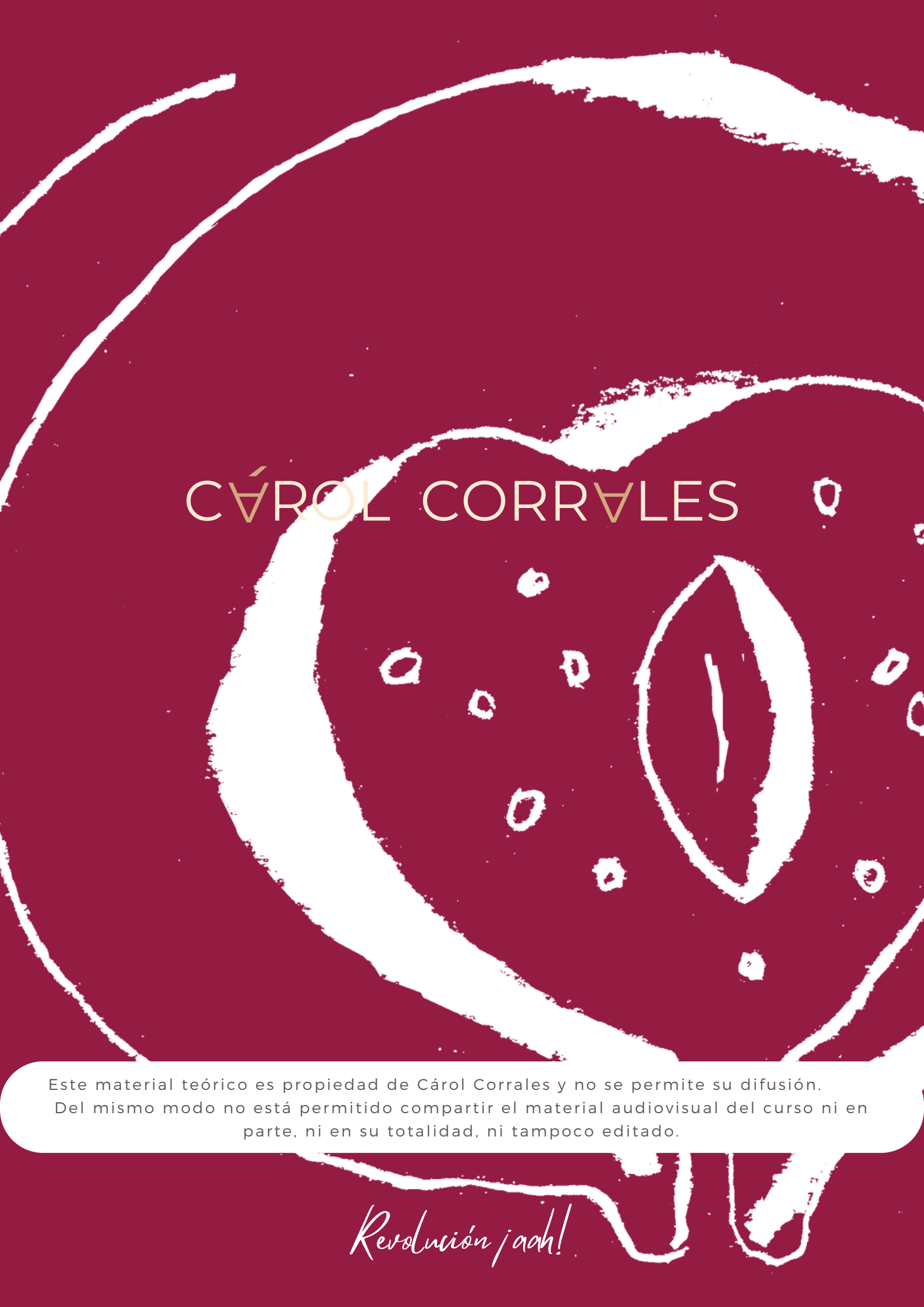
Desfavorecida
Despreciada
Desvalorizada
Engañada
Estafada
Estúpida
Excluida
Explotada
Humillada
Ignorada
Incomprendida
Indigna
Infravalorada
Insultada
Intimidada
Invisible
Juzgada
Maltratada

Manipulada
Obligada
Olvidada
Pisoteada
Presionada
Protegida
Provocada
Rebajada
Rechazada
Ridiculizada
Robada
Timada
Tonta
Traicionada
Ultrajada
Utilizada
Violentada
Víctimizada

NECESIDADES HUMANAS UNIVERSALES

Aceptación	Confianza	Intimidad
Afecto	Confort	Juego
Aire, luz, agua	Conmemoración de las pérdidas	Libertad de elegir
Alimento	Consciencia	Movimiento, ejercicio
Abrigo	Consideración	Objetivo
Alojamiento	Contacto físico	Orden
Amor	Contribución	Participación
Apoyo	Contribución a la vida	Paz
Apropiación del propio poder	Cooperación	Pertenencia
Armonía	Creatividad	Pertenencia
Autenticidad	Descanso	Placer
Autoconocimiento	Dirección	Poder interior
Autoestima	Diversión	Propia valía
Autonomía	Duelo	Protección de la vida
Belleza	Elección de ideales	Protección frente a organismos que amenazan la vida
Calidez	Elección de medios	Proximidad
Cercanía	Emancipación	Realización
Celebración de la vida	Empatía	Respeto
Creatividad	Espacio	Respirar
Co-creación	Esperanza	Risa
Colaboración	Espiritualidad	Seguridad afectiva
Compartir	Espontaneidad	Seguridad material
Compartir alegrías y penas	Expresión	Sentido
Comprensión	Expresión sexual	Ser
Comunicación	Fiesta	Serenidad
Comunidad	Gratitud	Sexualidad
Concertación	Honestidad	Silencio
Conexión	Humor	Supervivencia
	Independencia	Tiempo
	Inspiración	Transcendencia
	Integridad	Vivir el duelo
	Intensidad de vivir	
	Interdependencia	

Revolución jaah!



CÁROL CORRALES

Este material teórico es propiedad de Cárol Corrales y no se permite su difusión.
Del mismo modo no está permitido compartir el material audiovisual del curso ni en parte, ni en su totalidad, ni tampoco editado.

Revolución ¡aah!