Module 2

Oefening 1: onmiddellijke behoeftebevrediging

Nadelen		Voordelen	
Korte termijn	Lange termijn	Korte termijn	Lange termijn
Schaamte	Verlies van een relatie	Seksuele bevrediging	
Schuld	Verlies van baan		
Angst	Depressie		