

# पुनः पतन से बचाव

यदि मे फिर से इस लत का शिकार हुआ तो, मैं अपने आप को इन परिस्थितियों में पाता-

कहाँ : -----

कब : -----

किसके साथ : -----

क्या कर रहा होता : -----

क्या सोचता : -----

क्या एहसास होता : -----

इस परिस्थिति से बचने के लिए मैं कौन सी सिद्धान्तक नीति प्रयोग में लाती ?

क्रियात्मक सिद्धान्तक नीति :

- 1) -----
- 2) -----
- 3) -----

विचारात्मक सिद्धान्तक नीति :

- 1) -----
- 2) -----
- 3) -----

भावनात्मक सिद्धान्तक नीति :

- 1) -----
- 2) -----
- 3) -----