

Fórmula para Conversar

Yo siento ___ (una palabra de la lista de sentimientos)

Acerca de ___ (un evento o comportamiento)

Porque ___ (un principio, valor o regla).

Lista de Sentimientos (otro lado)



Guía Fácil



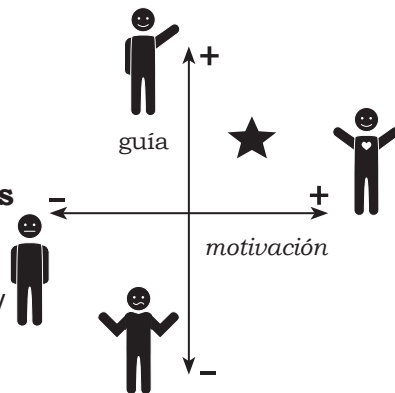
Nuestras herramientas

Nuestra misión es fomentar una comunicación afectuosa, honesta y respetuosa en toda la sociedad, empezando en las familias.

5/2020

Lección de álgebra parte uno: los comportamientos de los padres

o los estilos de paternidad / maternidad



Agenda del Foro de padres

Comenzar a conocernos

1. ¿Qué le gusta de su familia?
2. ¿Qué le preocupa o que problemas ve Ud. acerca de su familia?
3. ¿Cómo expresa su preocupación a un miembro de la familia? ¿Cómo pide y da consejo o ayuda en su familia y comunidad?

Comenzar a organizarnos

4. ¿Cuáles son sus valores familiares?
5. ¿Cuáles son las reglas de su hogar?

Hablemos en serio

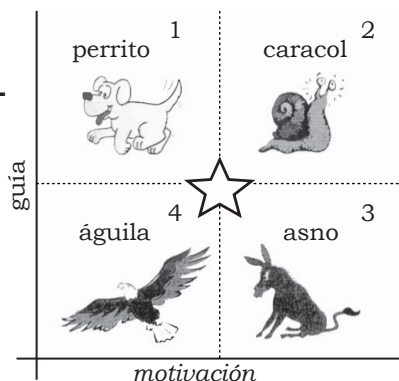
6. ¿Qué pasa cuando alguien se une a su familia?
7. ¿Qué pasa cuando alguien se va de su familia?

Expresemos cambios

8. ¿Qué cambios ha tenido Ud. recientemente?
¿Qué cambios espera en el futuro?

parte dos: los comportamientos de los niños

o los estadios de aprendizaje / estadios de la vida



www.parentsforum.org

Me siento... acerca de... porque...

A	cuidado	F	M	R	vivaz
abandonado	culpable	feliz	mal	rechazado	vulnerable
abatido	curioso	firme	mal entendido	relajado	
abrumado	D	frenético	malo	renovado	
aceptado	daño	frustrado	manipulado	S	
agonizado	decepcionado	furioso	maravilloso	satisfecho	
agotado	dedicado	G	miserable	satisfechos	
agradecido	dejado fuera	gratificado	molesto	seguro	
aislado	dependiente	H	N	separado	
alarmado	deprimido	hermoso	necesitado	sexy	
alienado	derrotado	histérico	nervioso	sin amigos	
aliviado	desconcertado	honrado	nostálgico	sin esperanza	
amargo	descontento	horrible	O	sobrecargado	
ambivalente	desesperado	hostil	odioso	solitario	
amenazado	desgarrado	I	optimista	sorprendido	
amoroso	destrutivo	ignorado	opuesto	T	
ansioso	determinado	impaciente	P	temeroso	
apático	diferente	impresionado	pacífico	tenso	
apreciado	disgustado	incierto	paranoico	tentado	
arrepentido	disminuido	incompetente	pendenciero	tímido	
asombrado	distraído	inconsistente		tonto	
asustado	dividido	indeciso	perezoso	torpe	
atractivo	dominado	indefenso	perseguido	traicionado	
atrapado	dudoso	independiente	perturbado	tranquilo	
aturdido	E	indignado	petrificada	triste	
audaz	electrificado	inestable	poco apreciado	U	
avergonzado	en control	inferior	posesivo	útil	
B	encantado	inhibido	preocupado	utilizado	
batido	encaprichado	inmovilizado	pánico	V	
bien	energético	inquieto	presionado	vacío	
bueno	enfurecido	inseguro	privado	valiente	
C	engañoso	insincero	Q	vecinos	
cansado	enojado	inspirado	quisquilloso	violento	
	en pánico	insuficiente			
cariñoso	envidioso	intimidado			
celoso	espantado	involucrado			
cobarde	especial	irrespetado			
codicioso	esperanzado	J			
colocado	extraño	jubiloso			
cómodo	estúpido	L			
conectado	evasivo	leal			
confundido	exaltado	lento			
contento	exasperado	libre			
creativo	excitado				
crédulo	extático				

Lea la historia del Foro de Padres en:
Where the Heart Listens: a handbook for parents and their allies in a global society. (Donde el corazón escucha: una guía para padres y sus aliados en una sociedad global)

La tercera edición en papel está disponible en Amazon. También puede encontrarla en la librería independiente de su zona, o en formato electrónico y de audio en eBookIt.com

www.parentsforum.org

 ParentsForumGlobal