



PREGUNTAS PODERAS

para descubrir las
fortalezas de tus hijos



EUGENIA CANTÚ

Psicóloga y Coach de Vida

Conecta con tus hijos a través de conversaciones que les ayuden a reconocer cuáles son sus fortalezas y qué los hace únicos.

Estas preguntas abren la puerta para descubrir sus fortalezas y acompañarlos con más presencia.

AMOR	¿Cómo y cuando sabes lo mucho que te quiero?
INTELIGENCIA SOCIAL	¿Cómo le hiciste para hacer un nuevo amigo?
PERSEVERANCIA	¿Cuántos intentos te llevo lograr algo importante para ti?
HONESTIDAD	¿Pasó algo que se te hizo difícil contarme?
ANIMO	¿Qué te entusiasma de las vacaciones?
CURIOSIDAD	¿Cuál ha sido uno de tus días favoritos?
ESPERANZA	¿Hay algo que te gustaría que se hiciera realidad?
GRATITUD	¿A quién le darías las gracias por ayudarte?
MENTE ABIERTA	¿Cómo le hace para elegir entre dos cosas que te gustan mucho?
PERSPECTIVA	¿En que cambiaste tu opinión sobre algo que antes no te gustaba?
ASOMBRO	¿Cuál es tu lugar favorito y que te gusta de lo que ves?
ESPIRITUALIDAD	¿Cómo te hace sentir jugar afuera o estar en la naturaleza?

HUMOR	¿Cuál ha sido un momento en el que te reíste mucho y por qué?
AMABILIDAD	¿Recuerdas cuando alguien fue amable contigo, que hizo y que sentiste?
CREATIVIDAD	Si tuvieras un super poder, ¿cuál elegirías?
JUSTICIA	¿Recuerdas algún personaje que intenta hacer un mundo más justo?
AMOR POR APRENDER	¿Por qué crees que es importante aprender cosas nuevas?
HUMILDAD	¿Recuerdas algo que no sabías y que gracias a una persona aprendiste?
PRUDENCIA	¿Cómo te pones de acuerdo con un amigo para hacer turnos y/o compartir?
AUTORREGULACIÓN	Cuando te sientes enojado, ¿dónde lo sientes en tu cuerpo?
TRABAJO EN EQUIPO	¿Recuerdas algo que logramos juntos porque nos unimos para trabajar en eso?
VALENTÍA	¿Que intentaste hacer, aún sintiendo miedo?
PERDÓN	¿Recuerdas un momento en el que le pediste perdón a una persona? ¿que pasó y que sentiste?
LIDERAZGO	¿Recuerdas alguna vez que tu invistaste a jugar o inventaste algún juego?

Las fortalezas son cualidades que apreciamos en nosotros y en los demás. Nos dan energía para relacionarnos con los demás, disfrutar lo que hacemos y contribuir en nuestra vida. Unas las expresamos más que otras y todas se pueden cultivar.



Espera muy pronto una herramienta que le permitirá a tus hijos seguir reconociendo sus fortalezas.

STAY TUNED...

@euge_sharinglight