

DICIEMBRE DE 2019

NAVIDADES Y FAMILIA POLÍTICA

PAREJA Y CRIANZA

Tradiciones heredadas



Emma de Mata Benito
652.656.228
@parejaycrianza
www.parejaycrianza.com

TRADICIÓN FAMILIAR

1. Haz un listado, por orden de importancia de las **5 tradiciones familiares** más importantes para tus padres / hermanos / tíos / abuelos.
2. Haz lo mismo con las **5 tradiciones familiares** más importantes para la familia de tu pareja.
3. Utiliza la siguiente plantilla para analizar cada una.
4. A la hora de tomar la decisión sobre qué tradición instauráis en vuestro hogar **deberéis tener muy en cuenta los 'porqués'** y, de estos, poniendo especial atención en los 'porqués' de carácter emocional.
5. Una vez tomada la decisión sobre las tradiciones familiares que vais a celebrar podréis acudir al planificador que encontraréis en la página siguiente para organizar **el calendario de Navidad**.



TRADICIÓN FAMILIAR



ORIGEN:

QUÉ:

CUÁNDO:

DÓNDE:

CÓMO:

 **POR QUÉ:** 

Este punto vale X4



Feliz Navidad



QUE LA VIDA SUCEDA CAMINANDO DE LA MANO

PAREJA Y CRIANZA LO QUE NADIE OS HA CONTADO

FIESTA	CASA	FAMILIA A	FAMILIA B
Día:			

UN FAMILIAR DE APOYO

1. Escoge quién es esa persona especial con la que te apetece realmente coincidir en la celebración familiar.
2. Escribe una redacción, a mano, sobre ella (al escribir a mano conectarás con tus emociones).
3. Intenta comprender por qué te gusta tanto.
4. Ya tienes a esa persona especial que te ayudará a disfrutar esta tradición al máximo.

Mi persona favorita

Decide cuál es tu persona favorita en la próxima celebración familiar y escribe en estas líneas por qué has escogido a esa persona.

En ella encontrarás el punto de apoyo y la palanca que te ayudará a levantar la velada.

¿TIENES UN FAMILIAR CON EL QUE NO TERMINAS DE CONECTAR?

1. No podemos caer bien a todo el mundo ni pretender que todo el mundo nos caiga bien, pero sí podemos encontrar un punto de conexión con cualquier persona.
2. Si quieres encontrar ese punto con un familiar con el que no terminas de conectar pero tienes que compartir estas navidades comienza por rellenar este ejercicio. **Diseciona a esa persona en roles escribiendo adjetivos o cualidades** y organízalos como agradables, desagradables o neutros.
3. A la hora de entablar conversaciones trata de orientarlas hacia esa parte que más te agrada, **quizá este año os sorprendáis encontrando ese "algo" que os une.**

Ese "algo" que nos une

Atrévete a explorar "roles de conexión", crea temas de conversación en torno a ellos y abre la puerta a disfrutar este año de una velada diferente.

Nombre:

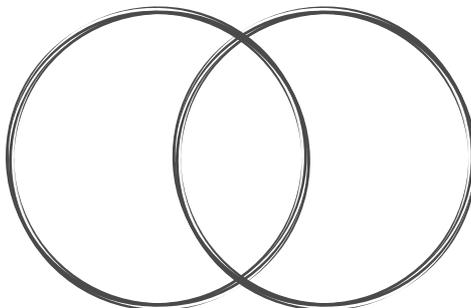
Edad:

Parentesco:

Breve historia de su vida:

Todos tenemos una historia que contar, una historia que escuchar y una historia que entender.

Aquello que me gusta



Aquello que me disgusta



Feliz Navidad

QUE LA VIDA SUCEDA CAMINANDO A TU LADO

PAREJA Y CRIANZA LO QUE NADIE OS HA CONTADO