

## Perguntas poderosas para pais fantásticos

1. Quando é que se sente mais em sintonia com o seu filho?
2. Quais são os valores que considera mais importantes ensinar aos seus filhos?
3. Descreva um momento (recente) em que o seu filho precisou de você e você esteve lá, com ele, para o apoiar.
4. Descreva um momento em que se sentiu extremamente orgulhoso de seu filho.
5. Quais são as suas características positivas/dons que o diferenciam das outras pessoas?
6. Como se refletem essas características no seu papel de pai/mãe?
7. O que mais o ajuda a lidar com o estresse familiar?
8. Qual ou quais as qualidades que gostaria de acrescentar à forma como desempenha o papel de pai ou mãe?
9. O que mais aprecia na sua família?
10. O que o ajuda a manter a energia necessária para desempenhar bem o seu papel de pai/mãe?

*(Inspirado no trabalho de Jennifer Wolf, através da Family Coaching)*