



Escuela Internacional de
Coaching de Familia

Patricia Mármol Luengo
Coach de Familia y Especialista en Educación
Especial
patcoachfamilia19@gmail.com
Tel: 670 91 33 83

Hoja fortalezas de mi hijo, de mi hija:

¿Qué te gusta de tu hijo, e hija?

¿Qué le gusta a los demás?

¿Qué le gusta tu hijo, hija de sí misma?

¿Qué hace bien?

¿Dónde encuentra alegría y se le van las horas sin sentir?

Nota: Si necesitas ideas de qué hace tu hijo/a o tú misma, puedes inspirarte en este cuadro de virtudes que hacen que tengamos una vida llena de plenitud. Recuerda que esto no es un check-list que tienes que rellenar y que nadie tiene todo. Es un cuadro que nos ayuda a apreciar lo que nos ponemos para una vida con compromisos y significado. Cada virtud para desarrollarla, podemos enfocarla en las fortalezas asociadas.