

# EXERCÍCIO DE COMUNICAÇÃO

Um passo a passo para conhecer seus filhos melhor



Por Bruno Piva

Marque um horário com seus filhos para fazer uma brincadeira ou um jogo. É importante que o clima seja leve e você esteja disposta(o) a ouvir.

Deve demorar em torno de 30 minutos, mas pode ser mais conforme for o entrosamento de vocês.

Sugiro que você não esteja com pressa.

Desligue o celular e outras possíveis distrações.

**Faça as perguntas abaixo uma de cada vez e dê sua resposta depois deles.**

**LEMBRE-SE:** Não existe certo ou errado, portanto não julgue as respostas que aparecerem.

Não comente ou tente mudar as respostas deles.

No final você terá uma tarefa para fazer. Essa é a parte mais importante e exige que você preste muita atenção nas respostas dos seus filhos.

Boa conversa,  
Bruno Piva.



## EXERCÍCIO 1 A - PERGUNTAS

- 1 Se pudesse escolher qualquer pessoa no mundo, quem convidaria para jantar?
- 2 Gostaria de ser famoso? De que forma?
- 3 Antes de fazer uma ligação telefônica ou mandar uma mensagem, você ensaia o que vai falar na sua cabeça? Por quê?
- 4 Para você, como seria um dia perfeito?
- 5 Quando foi a última vez que cantou sozinho? E para outra pessoa?
- 6 O que você sempre quis fazer mas nunca teve coragem?

- 7 Se você pudesse escolher um super poder, qual seria? Por que?
- 8 Diga três coisas que você acredita ter em comum comigo. (Quando for sua vez de responder, o que você tem em comum com o seu filho).
- 9 O que na sua vida você se sente mais agradecido?
- 10 Se pudesse mudar algo que aconteceu no último ano, o que seria?
- 11 Para o que as pessoas não dão importância mas deveriam?
- 12 Se amanhã pudesse se levantar desfrutando de uma habilidade ou qualidade nova, qual seria?

## EXERCÍCIO 1 B - RESPOSTAS

Agora, faça um resumo por escrito de todas as respostas que você lembrar. Sinalize aquelas que mais te chamaram atenção e que mais te emocionaram.

Preste atenção também se alguma te incomodou de alguma forma e reflita os motivos desse incômodo.

**E-S-C-R-E-V-A**, é super importante registrar essas percepções.

Não caia na tentação de fazer essa parte do exercício mentalmente.

# PARABÉNS!!!

Você finalizou o seu exercício!  
Escreva a sua experiência no post do instagram  
que sairá na quarta (27/07) a noite.

Se algum amigo te encaminhou este documento e  
você ainda não se inscreveu na Semana do Filho  
Estudioso, é só apertar o botão abaixo. 🖱️ 🖱️ 🖱️

[Quero Participar Gratuitamente!](#)

