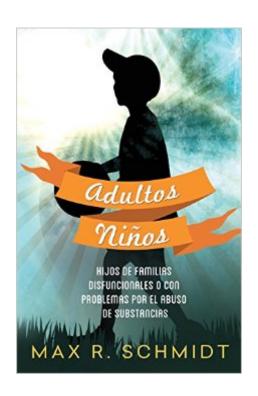
The book was found

Adultos Niños: Hijos De Familias Disfuncionales O Con Problemas Por El Abuso De Sustancias (Adultos Ninos) (Volume 1) (Spanish Edition)





Synopsis

Todos crecemos fÃ-sicamente. Sin embargo, no todos lo hacemos emocionalmente. Algunos, por razones que no estuvieron en nuestras manos, estamos atorados y, aunque nos cueste trabajo admitirlo, allÃ; atrÃ;s, en nuestra nià ez, no aprendimos una manera â œsanaâ • de manejar nuestras emociones. Piénsalo: Si naciste en una familia disfuncional y creciste con adultos emocionalmente inestables, o peor aún, que abusaron de substancias intoxicantes, fuiste educado por personas que, sin ánimo de crÃ-tica, tampoco crecieron emocionalmente; por eso usaban substancias ¿no lo crees? En consecuencia, no tuviste buenos modelos de crianza para madurar emocionalmente y hoy seguramente tienes problemas con el manejo de tus emociones. ¿CÃ mo se supone que Ã-bamos a madurar, como lo hacen los hijos de familias emocionalmente sanas, si nuestro modelo de aprendizaje fue disfuncional? Sobre todo porque de nià os Âjno tenÃ- amos la menor idea de lo que es la â œmadurez emocionalâ •!. Y el cÃ-rculo vicioso continuà . Mientras las cosas marcharon bien, no tuvimos problemas. Pero tan solo bastà un conflicto, una discusià n o pequeà a pelea para que nuestra respuesta emocional fuera, para nuestra sorpresa y la de todos, ¡muy por abajo de la de un adulto maduro! Siendo honestos, ¡reaccionamos como nià os! dÃindonos cuenta de que somos ÂiAdultos Nià os! Un Adulto Nià o es un adulto que estÃi atrapado en el miedo y las reacciones de un niÃo, porque los adultos encargados de criarlo no supieron atender sus necesidades naturales fÃ-sicas, emocionales, mentales y espirituales â " por lo que no pasà por las etapas que llevan a la madurez y que dan como resultado a un adulto emocionalmente sano. Muchos profesionales de la salud mental psicA logos, psiquiatras y terapeutas han estudiado a los Adultos Nià os y han elaborado una Lista de CaracterÃ-sticas que les son comunes. Nosotros la llamamos la â œLista de las Palomitasâ •. MÃis adelante la leerÃis y comprenderÃis por qué la llamamos asÃ-. Los adultos maduros y sanos emocionalmente no son el resultado de una "nià ez perfecta", sino mÃis bien de un sistema familiar que tiene reglas razonables y consistentes y una base de confianza y respuestas apropiadas cuando estas reglas se rompen. El castigo en una familia sana y funcional no estÃ; fuera de proporcià n a la ofensa y sobre todo no consiste en golpes y daà os emocionales. En cambio, los Adultos Nià os crecen en familias donde las reglas no están bien definidas y más bien están sujetas al capricho de la persona que esté ahÃ- en el momento; por ejemplo, quizás nuestro padre nos ordena hacer algo al mismo tiempo que nuestra madre nos lo prohÃ-be, pero a la vez nuestro abuelo nos dice que hagamos algo diferente, y para colmo algún tÃ-o o amigo de la familia se burla de nosotros. Con este tipo de incoherencias el nià o crece à œcreyendo que no puede hacer nada bienâ • y â œque no sirve para nadaâ •. Por lo que has leÃ-do, quizás te preguntes: ¿Puede recuperarse

un Adulto Nià o? La respuesta es un rotundo SÕ. ANA â " Adultos Nià os Asociacià n, ofrece una solucià n que cristaliza la fuerza y esperanza de la recuperacià n. Conforme ANA se convierta en un lugar seguro para ti, encontrarás la libertad para expresar todas las heridas y los miedos que has reprimido y te liberarás de la pena y las culpas que has venido cargando de tu pasado. Te convertirás en un adulto que ya no esté preso por las reacciones de la infancia y recuperarás al nià o dentro de ti, aprendiendo a aceptarte y a amarte como eres. Existe una especial combinacià n única que eres tú, y es la llave para que te conviertas en el adulto sano que has anhelado ser.

Book Information

Series: Adultos Ninos

Paperback: 106 pages

Publisher: CreateSpace Independent Publishing Platform (November 22, 2014)

Language: Spanish

ISBN-10: 1503249263

ISBN-13: 978-1503249264

Product Dimensions: 5.5 x 0.2 x 8.5 inches

Shipping Weight: 6.7 ounces (View shipping rates and policies)

Average Customer Review: 5.0 out of 5 stars Â See all reviews (1 customer review)

Best Sellers Rank: #2,318,369 in Books (See Top 100 in Books) #46 in Books > Libros en espaÃf ol > Padres y familia > Crianza > Adolescentes #243 in Books > Libros en espaÃf ol > Padres y familia > Relaciones Familiares #1376 in Books > Parenting & Relationships > Family

Relationships > Abuse > Child Abuse

Customer Reviews

Excelente libro! Aparte de fá cil de leer y prá ctico.

Download to continue reading...

Adultos Nià os: Hijos de Familias Disfuncionales o con Problemas por el Abuso de Sustancias (Adultos Ninos) (Volume 1) (Spanish Edition) Padres criando ninos con problemas de salud y necesidades especiales: Esenciales de Amor y Logica C para criar ninos felices y saludables (Spanish Edition) 7 Pasos para educar hijos felices - Principios que acompaà arán a tus hijos para toda la vida (Spanish Edition) Hijos fuertes: Estrategias de resiliencia para que tus hijos superen la adversidad (Biblioteca Julia Borbolla) (Spanish Edition) Libros para nià os: "El mono afortunado" (Libro de imágenes ilustradas para nià os de 2 a 8 aà os.) (Spanish

Edition), Enseà a a tu hijo el valor de pensar ... sociales para la coleccià n de nià os nº 5) Los 7 hÃibitos de los nià os felices: ÂiVisita a la pandilla de Los 7 Robles y descubre cà mo cada nià o puede ser un nià o feliz! (Spanish Edition) La discapacidad mental. Apoyos para la educacià n y superacià n de nià os con problemas de aprendizaje: 0 (Spanish Edition) Frozen Colorear para ninos: Este hermoso A4 60 pAjgina colorear libro para niA os colorear con todos tus personajes favoritos. AsÃ- que lo que espera ... y empezar a colorear. (Spanish Edition) El Nià o Sin Nombre: La lucha de un nià o por sobrevivir (Spanish Edition) La Crianza Practica de Los Hijos: Utilizar La Cabeza, Asi Como El Corazon, Para Criar a Los Ninos En Edad Escolar (Spanish Edition) Libros Para Colorear Para Adultos: Mandala Indio Paginas Para Colorear (Libros de Mandala Intrincados Para Adultos) Volumen 7 (Spanish Edition) Children's Spanish books: Mi Papa es el mejor: Children's books in Spanish, Libros para nià os (Spanish Edition) libros para ninos en espanol. Cuentos ... Ilustrado - Libros infantiles) (Volume 7) Divertidos juegos y puzzles que desarrollar la Ià gica, el sentido común, el pensamiento crÃ-tico y habilidades para resolver problemas - para estudiantes ... incluyendo adultos. (Spanish Edition) Sobriedad Emocional: El cuarto legado del programa de Doce Pasos (Adultos NiÃos) (Volume 4) (Spanish Edition) Camino al CorazÃn: Los Doce Pasos de Recuperaci\(\tilde{A}\) n de los Adultos Ni\(\tilde{A}\) os (Volume 2) (Spanish Edition) 100 problemas de fÃ-sica cuÃintica / 100 Quantum Physics problems (Cien Problemas / 100 Problems) (Spanish Edition) GANA DINERO CON EL FUTBOL SOCCER: Cà mo Ganar Dinero Online con tu pasià n por el Futbol Soccer y con una simple Laptop e Internet! (Spanish Edition) Libros para ninos en espaà ol:Leonardo la serie el leà n (Libro en Espaà ol para nià os Children's Spanish Books(Spanish book for kids) English Spanish Bilingual ... Spanish Editio) (Spanish Edition) Quimica Para Ninos y Jovenes - 101 Experimentos (Biblioteca Cientifica Para Ninos Y Jovenes) (Spanish Edition) 20,000 Leguas De Viaje Submarino Para Ninos (Clasicos Para Ninos / Children's Classics) (Spanish Edition)

Dmca