

The book was found

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



Synopsis

Todos crecemos físicamente. Sin embargo, no todos lo hacemos emocionalmente. Algunos, por razones que no estuvieron en nuestras manos, estamos atorados y, aunque nos cueste trabajo admitirlo, allí atrájes, en nuestra niñez, no aprendimos una manera sana de manejar nuestras emociones. Piénsalo: Si naciste en una familia disfuncional y creciste con adultos emocionalmente inestables, o peor aún, que abusaron de sustancias intoxicantes, fuiste educado por personas que, sin ánimo de crítica, tampoco crecieron emocionalmente; por eso usaban sustancias ¿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. ¿Cómo se supone que vamos a madurar, como lo hacen los hijos de familias emocionalmente sanas, si nuestro modelo de aprendizaje fue disfuncional? Sobre todo porque de niños no tenemos la menor idea de lo que es la madurez emocional. Y el círculo vicioso continúa. Mientras las cosas marcharon bien, no tuvimos problemas. Pero tan solo bastó un conflicto, una discusión o pequeña 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 niños! ¿Nos damos cuenta de que somos Adultos Niños! Un Adulto Niño es un adulto que está atrapado en el miedo y las reacciones de un niño, porque los adultos encargados de criarlo no supieron atender sus necesidades naturales físicas, emocionales, mentales y espirituales “ por lo que no pasó por las etapas que llevan a la madurez y que dan como resultado a un adulto emocionalmente sano. Muchos profesionales de la salud mental psicólogos, psiquiatras y terapeutas han estudiado a los Adultos Niños y han elaborado una Lista de Características que les son comunes. Nosotros la llamamos la “Lista de las Palomitas”. Más adelante la leerás y comprenderás por qué la llamamos así. Los adultos maduros y sanos emocionalmente no son el resultado de una “niñez perfecta”, sino más 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 está fuera de proporción a la ofensa y sobre todo no consiste en golpes y daños emocionales. En cambio, los Adultos Niños crecen en familias donde las reglas no están bien definidas y más bien están sujetas al capricho de la persona que está ahí en el momento; por ejemplo, quizás nuestro padre nos ordena hacer algo al mismo tiempo que nuestra madre nos lo prohíbe, pero a la vez nuestro abuelo nos dice que hagamos algo diferente, y para colmo algún tío o amigo de la familia se burla de nosotros. Con este tipo de incoherencias el niño crece “creyendo que no puede hacer nada bien” y “que no sirve para nada”. Por lo que has leído, quizás te preguntes: ¿Puede recuperarse

un Adulto Niño? La respuesta es un rotundo SÍ. ANA a “ Adultos Niños os Asociación, ofrece una solución que cristaliza la fuerza y esperanza de la recuperación. 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 estás preso por las reacciones de la infancia y recuperarás al niño o dentro de ti, aprendiendo a aceptarte y a amarte como eres. Existe una especial combinación única que eres tº, 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 See all reviews (1 customer review)

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

Customer Reviews

Excelente libro! Aparte de fácil de leer y práctico.

[Download to continue reading...](#)

Adultos Niños 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 acompañarán 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 niños: "El mono afortunado" (Libro de imágenes ilustradas para niños de 2 a 8 años.) (Spanish

Edition), Enseña a tu hijo el valor de pensar ... sociales para la colección de niños nº 5) Los 7 hábitos de los niños felices: ¡Visita a la pandilla de Los 7 Robles y descubre cómo cada niño o puede ser un niño o feliz! (Spanish Edition) La discapacidad mental. Apoyos para la educación y superación de niños con problemas de aprendizaje: 0 (Spanish Edition) Frozen Colorear para niños: Este hermoso A4 60 página colorear libro para niños colorear con todos tus personajes favoritos. Así- que lo que espera ... y empezar a colorear. (Spanish Edition) El Niño Sin Nombre: La lucha de un niño o por sobrevivir (Spanish Edition) La Crianza Práctica de Los Hijos: Utilizar La Cabeza, Así Como El Corazón, Para Criar a Los Niños En Edad Escolar (Spanish Edition) Libros Para Colorear Para Adultos: Mandala Indio Páginas 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 niños (Spanish Edition) libros para niños en español. Cuentos ... Ilustrado - Libros infantiles) (Volume 7) Divertidos juegos y puzzles que desarrollar la lógica, el sentido común, el pensamiento crítico y habilidades para resolver problemas - para estudiantes ... incluyendo adultos. (Spanish Edition) Sobriedad Emocional: El cuarto legado del programa de Doce Pasos (Adultos Niños) (Volume 4) (Spanish Edition) Camino al Corazón: Los Doce Pasos de Recuperación de los Adultos Niños (Volume 2) (Spanish Edition) 100 problemas de física cuántica / 100 Quantum Physics problems (Cien Problemas / 100 Problems) (Spanish Edition) GANA DINERO CON EL FUTBOL SOCCER: Cómo Ganar Dinero Online con tu pasión por el Fútbol Soccer y con una simple Laptop e Internet! (Spanish Edition) Libros para niños en español: Leonardo la serie el león (Libro en Español para niños Children's Spanish Books (Spanish book for kids) English Spanish Bilingual ... Spanish Edition) (Spanish Edition) Química Para Niños y Jóvenes - 101 Experimentos (Biblioteca Científica Para Niños Y Jóvenes) (Spanish Edition) 20,000 Leguas De Viaje Submarino Para Niños (Clásicos Para Niños / Children's Classics) (Spanish Edition)

[Dmca](#)