

PREGUNTAS DE PLANO

PARA FUTUROS CONFLICTOS

¿Qué anticipas que sucederá?

TU PERSPECTIVA

- ¿Cómo te sentirás?
- ¿Por qué te sentirás así?
- ¿Cómo lo expresarás o regularás tus sentimientos?
- ¿Cómo podrían afectar tus respuestas a los demás?

PERSPECTIVA DE OTRA PERSONA

- ¿Cómo podrá sentirse la otra persona?
- ¿Qué podrá causar estos sentimientos?
- ¿Cómo podrá la otra persona expresar o regular sus sentimientos?
- ¿Cómo podrán sus respuestas afectarte a ti y a los demás?

Teniendo en cuenta tu "mejor yo,"
¿cómo podrías responder?