

Ejercicio de autoconocimiento y reflexión

¿ *Has dicho alguna de estas frases alguna vez* ?

Señala con una **X** el recuadro según la frecuencia con la que sueles decir cada frase: “*no o casi nunca*”, “*sí, alguna vez*” o “*sí, muchas veces*”. El cuarto recuadro te permitirá reflexionar sobre tu propia educación, “*¿Te las han dicho a ti durante tu infancia o adolescencia?*”.

Si el tercer y cuarto recuadro coinciden en la mayoría de frases, es posible que estés proyectando muchos de los aprendizajes adquiridos en tu infancia sobre tus hijos/as o alumnos/as.

Os invito a reflexionar sobre estas frases y a marcaros objetivos de mejora:

		No o casi nunca	Si, alguna vez	Si, muchas veces	¿Te las han dicho a ti durante tu infancia o adolescencia?
1.	¿No me estarás mintiendo, verdad?				
2.	No voy a poder confiar en ti				
3.	¿Quieres que saque la zapatillas?				
4.	Te voy a dar un bofetada como sigas así...				
5.	¿Otra vez se te ha caído?				
6.	Mira que eres torpe...				
7.	Que sea la última vez ...				
8.	Mira tu hermano, ya ha terminado..				
9.	Si estudiases más, aprobarías				
10.	¿No vas a decir gracias?				

		No o casi nunca	Sí, alguna vez	Sí, muchas veces	¿Te las han dicho a ti durante tu infancia o adolescencia?
11.	Yo no debería sentir esto por mi hijo ...				
12.	¿Te ha comido la lengua el gato?				
13.	Van a pensar que eres una niña anti- pática				
14.	Si no das las gracias, otro día no te comprarán ...				
15.	Llorando no vas a conseguir nada ...				
16.	No te voy a hacer caso si te pones así ...				
17.	No seas caprichosa, "moñas", ridícu- la, exagerada; que me haces pasar vergüenza				
18.	No te pongas tonta ...				
19.	Me pones tan nerviosa ...				
20.	Es de mala educación dejar comida en el plato ...				
21.	Si no me das un beso ...				
22.	No seas chivata				
23.	Si no dejas tus juguetes, no tendrás amigos				
24.	Si no compartes, nos vamos a casa ...				
25.	Eres un egoísta				
26.	Las niñas bonitas no hacen el bruto				
27.	Déjale el juguete a tu hermano, que es pequeño ...				
28.	Te lo dije. Si me hubieras hecho caso esto no hubiera pasado ...				
29.	Esto te pasa por no escucharme ...				
30.	Así aprenderás para la próxima vez, por no obedecerme				
31.	Que tímida es esta chica ...				
32.	Deja tus juguetes o te los quito ...				

		No o casi nunca	Si, alguna vez	Si, muchas veces	¿Te las han dicho a ti durante tu infancia o adolescencia?
33.	No corras, que te caes				
34.	Mi hijo es un despistado...				
35.	Hasta que no me enfado, no me haces caso ...				
36.	Ya eres mayor para llevar chupete				
37.	Como me enfade, verás ...				
38.	¿Quieres a las buenas o a las malas?				
39.	¡Porque lo digo yo, y punto!				
40.	¡No pasa nada!				
41.	No quiero ni un grito más ...				
42.	Si no recoges tus juguetes, los tiro por la ventana ...				
43.	Estoy harto de repetirte las cosas ...				
44.	¿Cuántas veces te lo tengo que decir?				
45.	¿Con una sola vez no te vale?				
46.	Pareces sordo				
47.	Te lo he dicho mil veces				
48.	Parece que no me quieres hacer caso ...				
49.	¿No me escuchas cuando hablo?				
50.	A mí no me grites así ...				
51.	¿Te "estampo" contra la pared?				
52.	A que te doy en el culo				
53.	Yo, a mi padre no le hablaba así				
54.	Los niños manipulan llorando, no les hagas caso ...				
55.	¡Qué buena eres, qué bien te portas!				
56.	Cuando obedeces, te quiero mucho				

		No o casi nunca	Si, alguna vez	Si, muchas veces	¿Te las han dicho a ti durante tu infancia o adolescencia?
57.	Ves qué bien estamos todos cuando haces caso				
58.	Qué contenta estoy por haberte portado bien ...				
59.	Tienes que ser valiente ...				
60.	No seas mandona				
61.	Tienes madera de líder				
62.	No tienes que tener miedo ...				
63.	Los niños no lloran ...				
64.	Si te portas bien, te compro después ...				
65.	Cuento hasta tres. 1, 2 y 3 ¡Como vaya, verás!				
66.	¿No estarás perdiendo el tiempo con el móvil?				
67.	Corre, corre que llegamos tarde ...				
68.	Tú, mejor fútbol, como tu padre ...				
69.	Siempre igual ...				
70.	Lo importante es participar				
71.	Unos días se gana, otros se pierde ...				
72.	Cómo no van a querer jugar contigo, si son tus amigas ...				
73.	No toques, que viene la policía				
74.	Si le pides perdón perderás autoridad				
75.	No le quites el castigo que mañana lo volverá a hacer...				
76.	¿Qué haría yo sin ti, hija mía?				
77.	Como le pegues a tu hermana, te doy yo				
78.	¿Y si te pego yo para que veas como duele?				

		No o casi nunca	Si, alguna vez	Si, muchas veces	¿Te las han dicho a ti durante tu infancia o adolescencia?
79.	Como sigáis peleando, vais a estar castigadas toda la tarde ...				
80.	Pídele perdón a tu amiga				
81.	Si no te disculpas, no querrá ser nunca más tu amigo ...				
82.	Yo tampoco quiero ir a trabajar pero tengo que ir...				
83.	¿Me estás tomando el pelo?				
84.	Te crees que soy tonta ...				
85.	No vayas de lista ...				
86.	Te piensas que me engañas ...				
87.	Si no me obedeces, nos vamos a casa				
88.	Si no me escuchas, yo tampoco te haré caso				
89.	Si tú no te portas bien, no cuentes conmigo ...				
90.	Saluda, no seas antipática				
91.	Anda, dale un besito ...				
92.	¿No habrás cogido una galleta sin permiso?				
93.	A los niños que roban se los llevan a la cárcel ...				
94.	Si me mientes, me enfado ...				
95.	Con lo mayor que eres, qué vas a tener miedo ...				
96.	Cuando te enfadas, estás muy feo ...				
97.	Ya no te aguanto más, voy a perder la paciencia ...				
98.	Eres insoportable ...				
99.	¿Estás tonta o qué ...?				
100.	Tenéis que ser amigas y jugar todas juntas				

		No o casi nunca	Si, alguna vez	Si, muchas veces	¿Te las han dicho a ti durante tu infancia o adolescencia?
101.	Si te llaman tonto, no les hagas caso				
102.	¡Cómo te quiero cuando no lloras!				
103.	Cuando no lloras, estás más guapo ...				
104.	¡Castigada, sin jugar!				
105.	Vete a la silla de pensar				
106.	¿Has pensado lo que has hecho?				
107.	En esta vida no se puede tener todo ...				
108.	No puedes estar siempre pidiendo ...				
109.	No seas tan "pedigüeña"				
110.	Si entiendes lo que te digo ¿por qué no lo haces?				
111.	Tengo que gritar para que me hagas caso ...				
112.	Mamá, mamá, vas a desgastar mi nombre ..				
113.	Eres la más bonita del mundo				
114.	Eres un vago ...				
115.	¡Es igual de cabezona que su padre!				
116.	En el carácter, ha salido a la madre ...				
117.	Las hermanas se tienen que querer				
118.	No digas palabrotas, "joderrrr"				
119.	Que feo suena eso en una niña ...				
120.	¿Te lavo la boca con jabón?				
121.	Como te has portado bien, te compro				
122.	Si te hubieras portado bien, te hubiera dado				
123.	Eres una caprichosa ...				

		No o casi nunca	Si, alguna vez	Si, muchas veces	¿Te las han dicho a ti durante tu infancia o adolescencia?
124.	Con todo lo que he hecho por ti, y así me lo pagas ...				
125.	No seas impertinente, no se interrumpe a los mayores cuando hablan				
126.	¡Siempre te sales con la tuya!				
127.	¡No te enfades! Te lo he repetido muchas veces				
128.	Si no vas a compartir la bici, otro día no venimos ...				
129.	¿A ti te gustaría que no te dejaran jugar?				
130.	Si te portas bien, mamá estará muy contenta ...				
131.	¿Le damos el chupete al "gigante"?				
132.	Eres la mayor, debes cuidar de tu hermana				
133.	¡No te muerdas las uñas!				
134.	¡No tengas miedo, no muerde!				
135.	¡A que te hago cosquillas!				
136.	¡Siempre se está moviendo! Parece hiperactiva				
137.	¡Mi hijo es un "bicho" y mi hija una "brujilla"!				
138.	La mesa es mala, mala y mala ...				
139.	Tampoco hemos salido tan mal ...				
140.	No se dice "se ha rotpido", sino "se ha roto"				
141.	Mira que cuerpo "ha echado" la niña				
142.	Se acaban las vacaciones ¿tienes ganas de empezar el colegio?				
143.	¡He dicho que no y es no!				
144.	¡Me da igual quien ha empezado, estoy harta de que os peguéis!				

		No o casi nunca	Si, alguna vez	Si, muchas veces	¿Te las han dicho a ti durante tu infancia o adolescencia?
145.	Empezáis jugando y termináis llorando ...				
146.	Hija, ten cuidado con los chicos que no tienen buenas intenciones ...				
147.	¡Parece mentira que seas mi hija!				
148.	Con lo despistada que eres ..				
149.	Los niños saben latín,				
150.	Lloran para conseguir lo que quieren...				