

Ja i moja rodzina

Rodzice, rodzina, dom rodzinny stanowią wyjątkowość i magię w historii naszego życia. Dzisiaj chcę Wam uświadomić jak ważna jest rodzina. Odnalezienie pozytywnych i negatywnych rzeczy we własnej rodzinie. Zastanówcie się co jest dobrze, a co można by było zmienić.

Oto kilka zadań dla Was:

1. Siadźcie wygodnie. Jestem ciekawa jak się czujecie, w jakim jesteście nastroju, z jaką energią zaczynacie zajęcie. Podzielcie się proszę. A teraz zastanówcie się, co miłego przydarzyło się wam dzisiaj, nie musi to być duża i ekscytująca sprawa, ale równie dobrze może być mała i przyjemna. A teraz niech każdy kolejno spróbuje dokończyć zdanie: Najmilszą rzeczą, jaka mi się zdarzyła dzisiaj było...

2. Z czym ci się kojarzy słowo rodzina ?

3. A teraz kilka pytań o Twojej rodzinie: ile masz rodzeństwa ?, czy masz swój pokój ?, czy masz jeszcze babcię i dziadka ?, jaka była twoja ulubiona zabawka w dzieciństwie ?, jaka jest twoja największa potrzeba w rodzinie- aktualnie ?, jak spędzasz wakacje z rodziną ?, kto jest dla ciebie najważniejszy w rodzinie ?, kto kieruje rodziną? itp.

4. Opisz co daje ci rodzina, czym jest dla ciebie.

5. Rodzina obecna, a przyszła

Co chciałbyś przejąć ze swojej obecnej rodziny do przyszłej, a co zmieniłbyś i dlaczego ?

6. Arkusz niedokończonych zdań „ Ja i moja rodzina”.

1. Wypisz wszystkie osoby , które wchodzi w skład Twojej rodziny. Wypisz imiona osób , które z Tobą mieszkają . Obok każdej osoby napisz określenie, które najtrafniej ją opisuje (np. Tata- majsterkowicz)

2. Lubię kiedy moja rodzina

3. Szczególna cecha odróżniająca moją rodzinę od innych rodzin to

4. Nie lubię kiedy moja rodzina

5. Najlepszym słuchaczem w mojej rodzinie jest

6. W mojej rodzinie najczęściej uśmiecha się do mnie

7. Osoba z mojej rodziny, do której najczęściej zwracam się o pomoc

8. Osoba w mojej rodzinie , której powierzam swoje sekrety jest

9. Osoba w mojej rodzinie , do której jestem najbardziej podobny (a) jest

10. Osobą w mojej rodzinie , która ma na mnie największy wpływ , jest

7. Zakończenie.

Rodzina jest dla mnie...

Odkryłem, że rodzina...

W mojej rodzinie podoba mi się...

W mojej rodzinie chciałbym zmienić...

Jeśli chcesz, to podziel się ze mną i prześlij mi na wiadomość prywatną uzupełniony arkusz „Ja i moja rodzina”. Proszę jednak, abyś koniecznie porozmawiał na ten temat ze swoimi rodzicami.

Pozdrawiam, Dorota Makosiej