

MODUL 6

RELATIA CU COPIII

Exercitii:

Realitatea actuala

Descoperirea Credintelor Limitate

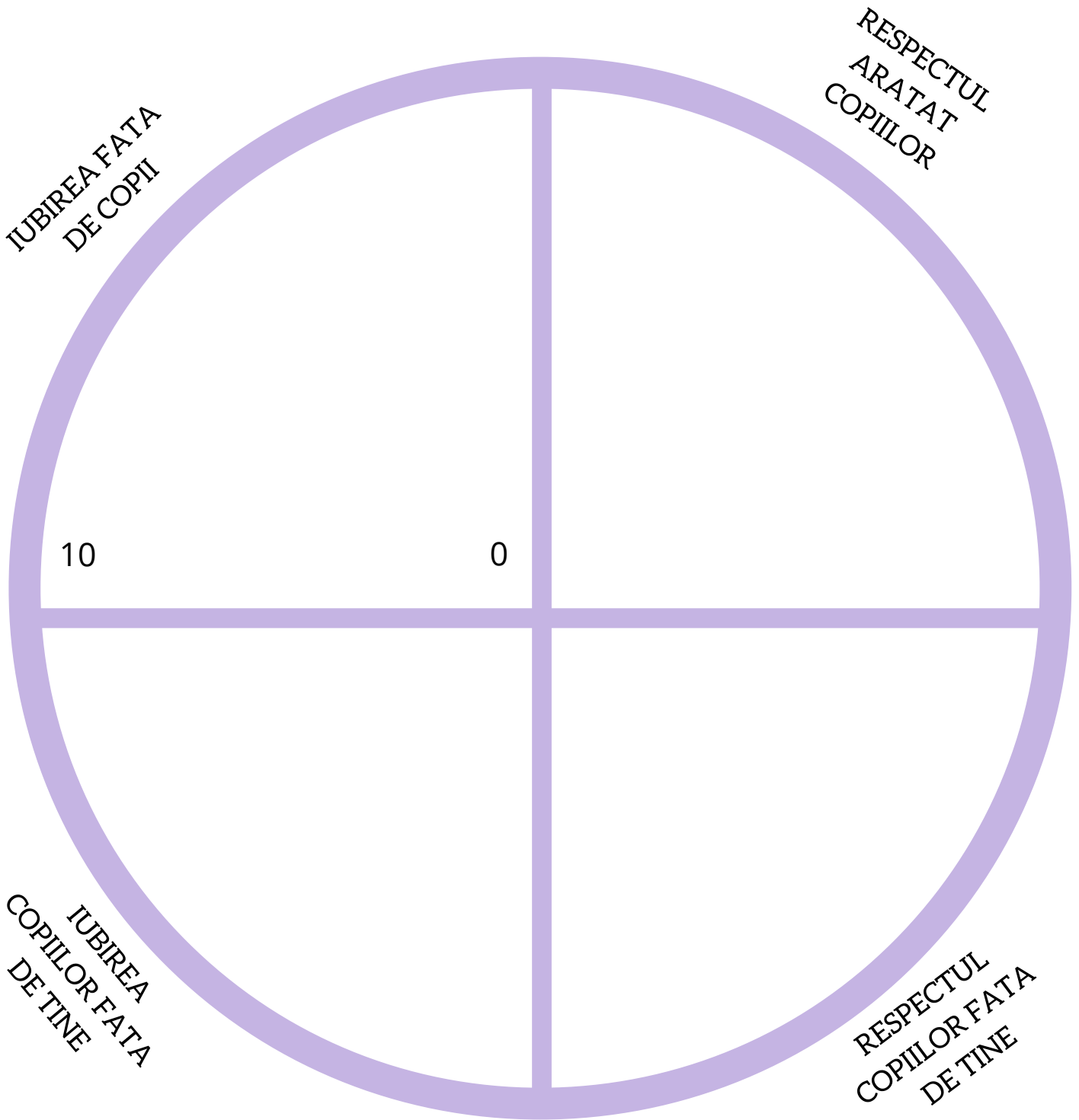
Parintele perfect

Copilul Perfect

Teluri Deliberate



REALITATEA ACTUALA
ROATA RELATIEI CU COPIII



Valoare IUBIREA FATA DE COPII.....

Valoare RESPECTUL ARATAT COPIILOR.....

Valoare IUBIREA COPIILOR FATA DE TINE.....

Valoare RESPECTUL COPIILOR FATA DE TINE.....

1. Cum iti manifesti iubirea fata de copii?

2. Cum isi manifesta copiii iubirea fata de tine?

3. Cum iti manifesti respectul fata de copii?

4. Cum isi manifesta copiii respectul fata de tine?

5. Daca ai schimba ceva in relatia voastra , ce anume ai schimba?

DESCOPERIREA CREDINTELOR LIMITATE

Pentru acest exercitiu te rog sa faci Timeline/Linia Vietii, raspunzand la urmatoarele intrebari:

1. Cum isi manifestau mama si tata respectul fata de tine?
2. Cum isi manifestau mama si tata iubirea fata de tine?
3. Cum iti manifestai tu respectul si iubirea fata de mama ta?
4. Cum iti manifestai tu respectul si iubirea fata de tatal tau?

Dupa ce ai realizat timeline-ul, scrie aici:

- tot ce simti ACUM/In MOMENTUL ACESTA referitor la copilaria ta.
- ce TIPARE observi ca ai imprumutat de la mama si/sau tata (in comportamentul si atitudinea ta fata de copilul tau).

PARINTELE PERFECT

1. Cine ai fost tu înainte de a deveni parinte?
2. Cum ti-ai imaginat viata de parinte?
3. La ce a trebuit sa renunti / ce a trebuit sa schimbi la tine cand ai devenit parinte?
4. Pe ce ti-ai format / iti bazezi modul in care iti cresti copilul?
5. In ce situatii incerci sa controlezi si in ce situatii iti pierzi controlul?
6. Ce rani spera sa vindeci prin copilul tau?
7. Ale cui sunt asteptarile ce le ai pentru copilul tau?
8. Cum iti onorezi copilul?
9. Cat de prezenta esti pentru copilul tau?
10. Cat de mult accepti copilul asa cum este?
11. Cat de mult accepti parintele care esti?

COPILUL PERFECT

1. Cum ti-ai imaginat ca trebuie sa fie copilul tau?
2. Ce lectii simti ca trebuie sa invete copilul tau?
3. De cate ori intervii ca sa iti "salvezi" copilul?
4. Ce trebuie sa faca copilul tau ca tu sa simti ca iti sunt implinite asteptarile?
5. Ce limbaj invata copilul tau de la tine?
6. Cat de corecta, integra si autentica esti in fata copilului tau/ in relatia cu copilul tau?
7. Care este nivelul de toleranta fata de copil. Dar fata de tine?

Tel deliberat 1

Tel SMART

Realitatea

Optiuni

Actiuni

Timp/Target

Tel deliberat 2

Tel SMART

Realitatea

Optiuni

Actiuni

Timp/Target

Tel deliberat 3

Tel SMART

Realitatea

Optiuni

Actiuni

Timp/Target