Příběh syna

Udělej si prostor pro **retrospekci ve svém životě a nahlédni na příběh svého syna**. Sdílení příběhů je terapeutický a léčivý nástroj. Často nám v životě chybí střípky z našeho života. Nevíme, zda rodiče plánovali naše početí, jak probíhala příprava na naše zrození, často ani nevíme, jak jsme se narodili nebo jak jsme prožívali první roky svého života. **Dopřejme svým synů, aby znali celý svůj příběh.**

**Odpověz na otázky**, které jsou níže a najdi vhodný čas, třeba před spaním, kdy **svému synu převyprávíš jeho příběh**. Buď v tom kreativní. Pokud je syn mladší, můžeš příběh převyprávět jako pohádku: Byl jednou jeden…

Pokud bude mít otázky, **buď pravdivá sama k sobě i  k němu**. Mohou přijít slzičky, dojetí i smích. Všechno je v pořádku, dovolte si tím projít. Uvolní se tak emoce, které mohly být léta potlačeny v těle.

**Těšíme se na sdílení příběhů v uzavřené skupině na FB nebo při našem živém online zoom setkání.**

**Otázky:**

Jaký byl tvůj život, než jsem k tobě přišel?

Klepněte sem a zadejte text.

Řekni mi o tom, jaké to bylo, když jsi zjistila, že jsi se mnou těhotná.

Klepněte sem a zadejte text.

Jaké byly dny, kdy jsi mně čekala?

Klepněte sem a zadejte text.

Povyprávěj mi o dni, kdy jsem se narodil.

Klepněte sem a zadejte text.

Jaké to pro tebe bylo starat se o mě a být na mateřské?

Klepněte sem a zadejte text.

Jaký jsem byl jako malé dítě?

Klepněte sem a zadejte text.

Řekni mi o tom, jaké to bylo a co jsi prožívala, když jsem byl nemocný, nebo jsem se zranil a ty see o mne musela starat.

Klepněte sem a zadejte text.

Co jsi na mně měla nejraději, když jsem byl malý kluk?

Klepněte sem a zadejte text.

Jaké to pro tebe bylo, když jsem začal chodit do školky, školy?

Klepněte sem a zadejte text.

Čím jsem chtěl být, když jsem byl malý?

Klepněte sem a zadejte text.

Na co si nejraději vzpomínáš, když jsem byl malý?

Klepněte sem a zadejte text.

Co bylo pro tebe nejnáročnější?

Klepněte sem a zadejte text.

Jaké klukoviny jsem dělal, které tě zlobily nebo i rozesmály?

Klepněte sem a zadejte text.

Co jsme spolu dělali nejraději?

Klepněte sem a zadejte text.

Co by si se mnou ještě  ráda zažila, ale zatím na to nebyla odvaha, čas, prostor, ale doufáš, že se to jednou stane?

Klepněte sem a zadejte text.

Jaký byl z tvého úhlu pohledu vztah s mým tátou, když jsem byl malý?

Klepněte sem a zadejte text.

Můžeš vložit nějakou vzpomínkovou fotku ☺



**Děkujeme za odvahu pustit se do tohoto úkolu.**