

Kształtowanie bliskości w rodzinie - ćwiczenie pierwsze

ZŁOTE MYŚLI

Autor: psycholog Martyna Jaworska-Osicka

Wielu z nas, rodziców w okresie nauki w szkole podstawowej wymieniało się zeszytami lub pamiętnikami, które nosiły tytuł „Złoty myśli”. W środku autor zamieszczał listę pytań i prosił bliższe lub dalsze osoby o udzielenie na nie szczerych odpowiedzi.

W dobie powszechnego umieszczania informacji o sobie np. na rozmaitych portalach społecznościowych, zdaje się, że ta forma jest mało potrzebna. Jednak w rodzinie często nie wiemy o sobie tyle, co o naszych „znajomych” z sieci. Na co dzień rozmawia się o wielu sprawach organizacyjnych, logistycznych. Rodzice często spostrzegają swoje dzieci jako głównie uczniów, a same dzieci będąc rozliczonymi z obowiązków, szkolnych niepowodzeń i sukcesów, nie mają okazji do poznawania swoich opiekunów. Wiele spraw zdaje się zbyt błahych lub oczywistych, aby o nich rozmawiać. W efekcie okazuje się, że mało o sobie wiemy, a co za tym idzie przestajemy się rozumieć i odpowiadać na swoje potrzeby.

Dlatego też proponuję założenie RODZINNYCH Złoty Myśli.

1. Do wykonania projektu potrzebny jest zeszyt wielkości A5 (może być w linię, w kratkę lub gładki).
2. Okładkę można ozdobić według własnego uznania – choć proponuję herb rodziny, jej portret albo jakiś symbol jej jedności np. – od nazwiska.
3. Na pierwszej stronie proszę o zapisanie pytań, na które odpowiedzi będą udzielali członkowie rodziny, bliżsi i dalsi, a może nawet przyjaciele rodu.

Przykładowe pytania:

1. *Imię i nazwisko*
2. *Pseudonim, przezwisko, które lubię to*
3. *Data urodzenia, wiek w momencie odpowiedzi na pytania*
4. *Nazwisko rodowe to*
5. *Zawód to*
6. *Hobby to*
7. *Ulubiony kolor to*
8. *Ulubione zwierzę to*
9. *Ulubiony film to*
10. *Ulubiona książka to*
11. *Ulubiona piosenka to*
12. *Szczęśliwa liczba to*
13. *Miejsce, które chciałbym odwiedzić to*
14. *Wymarzone miejsce na przyjęcie urodzinowe to*
15. *Prezent, o którym marzę to*
16. *Najfajniejszy dzień moim życiu*

Pozostałe pytania należą do inwencji twórczej każdej z rodzin. Miłej zabawy 😊