

Familjekarta

Mors egenskaper

Mors regler.....

Min anpassning.....

De regler jag lärde mig.....

Min bild av mig själv inför mor.....

Fars egenskaper.....

Fars regler.....

Min anpassning.....

De regler jag lärde mig.....

Min bild av mig själv inför far.....

Syskons egenskaper.....

Syskons regler.....

Min anpassning.....

De regler jag lärde mig.....

Min bild av mig själv inför syskonet.....

Nu när du berättat – vad tänker du om att växa upp med dessa personer – vad kommer du att tänka på – vad lärde du om livet – hur tror du det påverkar dig?

Hur är det för ett barn att växa upp med dessa personer?

Hur märker du att du växte upp med just dessa personer?

Hur tror du det påverkar dig idag?

Hur tror du din uppväxt påverkat den person du är idag?