

ליבה • הלב של הבית

מבוא • שיעור 3 מתוך 17

קשר עם ההורים

כבסיס ליצירת קשר זוגי בריא ויציב

מושקי כהן • tochnitliba.com



פעילות

מעגל פנימי ומעגל חיצוני

1 פנים אל פנים. דקה וחצי לכל שאלה.

2 בסיום הזמן המעגל החיצוני זז ימינה.

על מה מדברים

- כמה אחים ואחיות אנחנו, ומה המיקום שלי?
- משהו שאני אוהבת בבית או במשפחה שלי.
- תפקיד בבית שאני ממש לא אוהבת.
- דבר גדול או מרגש שהורי עשו עבורי.
- מנהג משפחתי שאני מחוברת אליו.

הבית שלי

1 חלון: משהו מבית הוריי שאני רוצה להכניס לבית שלי.

2 דלת: משהו חדש שאני רוצה להוסיף.

3 גג: ממה אני רוצה להגן על הבית שלי.

4 חצר: הסביבה שבה אני רוצה להקים אותו.

מאין באתי

הקמת הבית לא נעשית על חלל ריק

מה שאנחנו נוטות לחשוב

- שהקשר הזוגי מתחיל מרגע ההיכרות, בלי קשר לעבר.
- שהבית החדש יהיה "מפלט" מקשיים עם המשפחה.
- והאמת: בקשרים קרובים אנחנו משחזרים קשרים קרובים קודמים.

נקודות להתבוננות

- קשר עם אמא: המערכת הרגשית. איך אני חווה רגשות ומבטאת אותם.
- קשר עם אבא: שיקול הדעת וקבלת ההחלטות.
- הורים עושים את הטוב ביותר, בכלים שיש להם.
- דרך ההורים עובר השפע. כשאני מכבדת, אני מאפשרת לשפע להיכנס.

”הדוגמה האישית של הרבי בכיבוד הורים”

ו' תשרי

ובמקרה של פגיעה: להתייעץ עם אנשי מקצוע ועם רב. לא להישאר עם זה לבד.

שאלון אישי

1 הקשר שלי עם הוריי, היום.

2 ולאן הייתי רוצה להגיע.

ליבה • הלב של הבית

סיום

אבא ואמא, תודה ש...

פתק להורים. מי שמתאים לה נותנת, מי שלא שומרת.

מושקי כהן • tochnitliba.com

