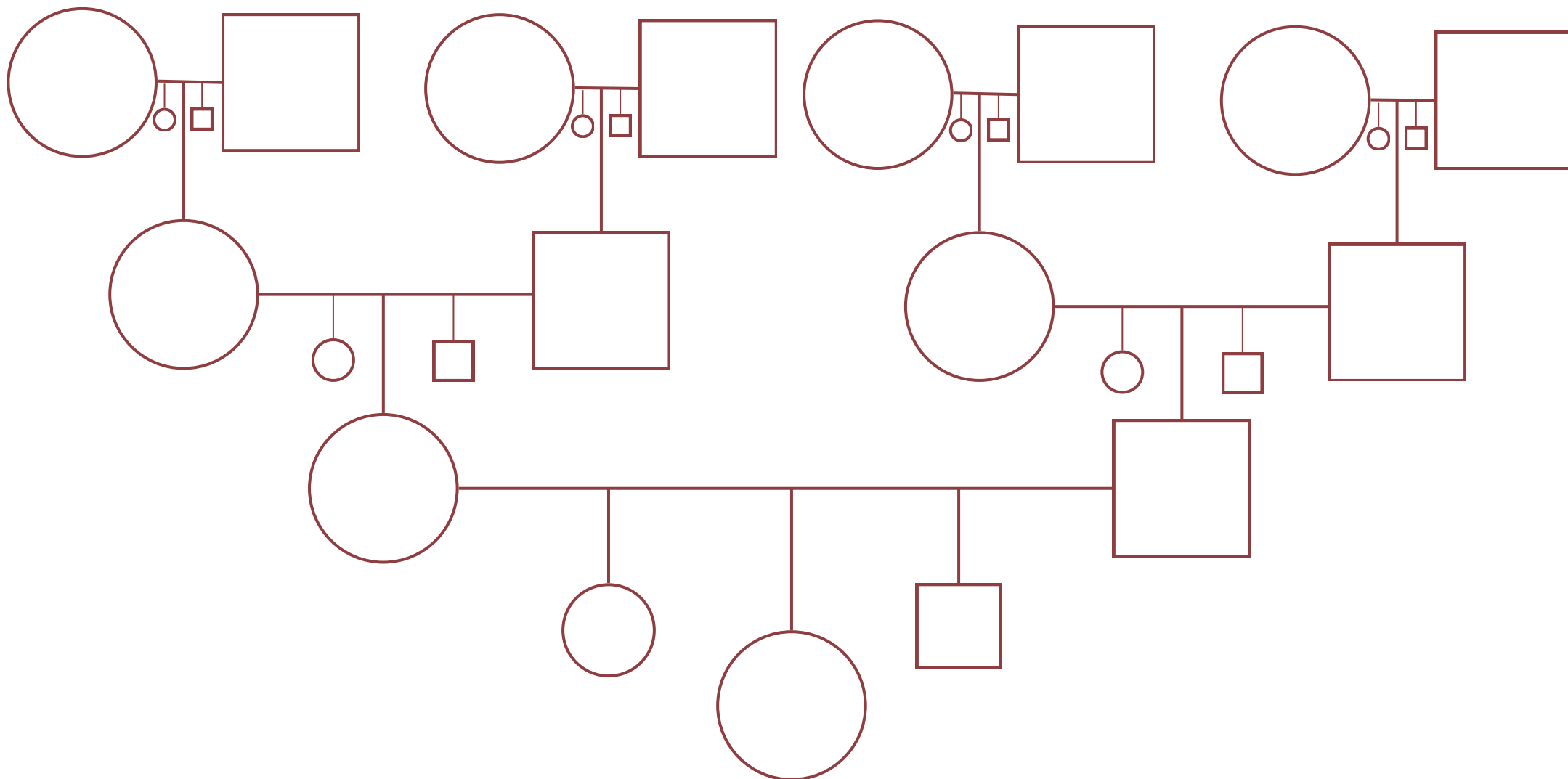
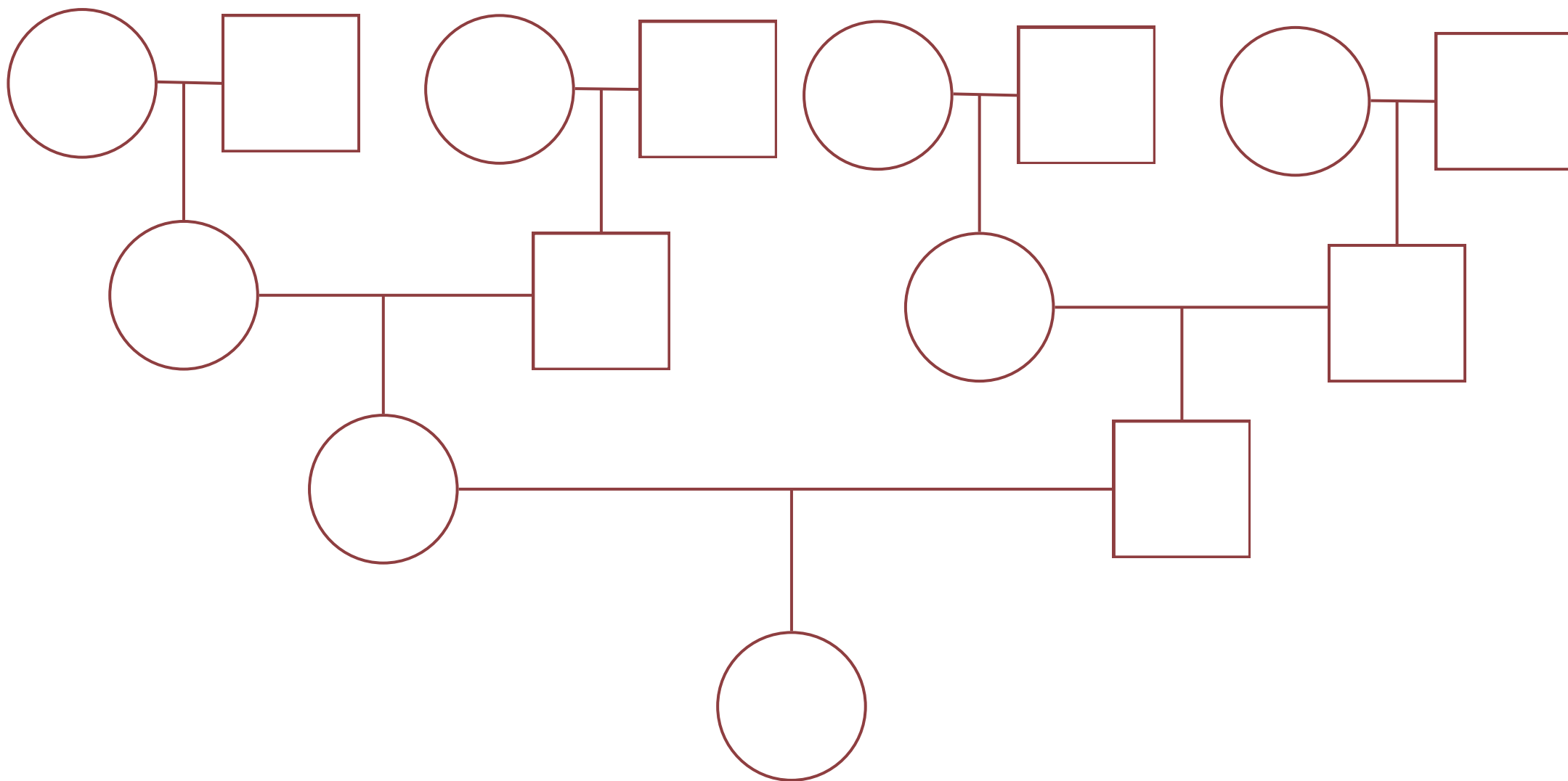






Întrebări generale

- Ce știi despre locul de naștere și copilăria părinților mei?
- Ce știi despre bunicii mei – povești, ocupații, marile lor dificultăți?
- Au existat în familie pierderi de copii, avorturi, morți timpurii?
- Cine a emigrat sau a fost nevoit să plece departe de casă? De ce?
- Au existat divorțuri, separări, relații rupte sau „rude cu care nu se vorbește”?
- Ce tipare de boală se repetă în familie (inimă, cancer, dependențe etc.)?
- Ce fel de relații de cuplu se repetă (conflict, trădare, singurătate, sacrificiu)?
- Care sunt marile secrete sau subiecte despre care „nu se vorbește”?
- Ce mesaje am primit în familie despre bani, succes și muncă?
- Care sunt resursele familiei mele: talente, credință, putere de a o lua de la capăt?

Întrebări relație de cuplu

armonia

- În familia mea, cine a avut relații de cuplu dificile sau dureroase? (ex.: _____)
- Au existat despărțiri bruște, divorțuri sau relații rupte definitiv? Cine? _____
- A existat cineva care „nu s-a căsătorit niciodată” sau a ales să rămână singur(ă)? _____
- Ce povești am auzit despre infidelitate sau trădare în cuplu? _____
- În familia mea, ce mesaje explicite sau implicite am primit despre relații? (ex.: „toți bărbații sunt...”, „nu te poți baza pe nimeni”, „trebuie să rabzi”) _____
- Există cineva care a plecat din relație sau din familie „fără explicații”, ca și cum ar fi dispărut? Cine? _____
- Ce fel de relație au avut părinții mei între ei? (conflict, distanță, prietenie, dependență, sacrificiu...) _____
- Observ un tipar de violență (fizică, verbală, emoțională) în relațiile de cuplu din familie? Unde? _____
- Cine, din arborele meu, a avut o relație de iubire care nu a fost acceptată sau a fost interzisă? _____
- Când mă uit la aceste povești, ce simt că repet eu în relațiile mele de astăzi? _____

Întrebări bani, muncă, abundență

armonia

- Cine, din familia mea, a trăit sărăcie extremă sau lipsuri foarte mari? (ex.: _____)
- Au existat falimente, pierderi de afaceri, pierderi de proprietăți sau case? Unde, la cine? _____
- Cine a fost nevoit să plece la muncă în străinătate sau departe de familie pentru bani? De ce? _____
- Ce mesaje am auzit în copilărie despre bani? (ex.: „banii se fac greu”, „banii strică oamenii”, „nu ne permitem”) _____
- În familia mea, cine a fost perceput ca „omul care susține pe toți” sau „stâlpul casei”? _____
- Există cineva care a prosperat financiar, dar a fost judecat sau respins pentru asta? _____
- Au existat conflicte sau rupturi de relații din cauza moștenirilor, banilor, pământurilor? _____
- Cum au vorbit părinții mei despre munca lor – cu bucurie, cu oboseală, cu frustrare, cu resemnare?

- Când mă gândesc la bani și abundență, care este prima frază automată care îmi vine în minte?

- Uitându-mă la aceste răspunsuri, ce tipar simt că repet eu în raportarea mea la muncă și bani?

- Ce boli sau probleme de sănătate se repetă în familia mea? (ex.: inimă, diabet, cancer, depresie...) _____
- Cine, din arborele meu, a murit tânăr sau „mult prea devreme”? La ce vârstă și din ce cauză? _____
- Există dependențe (alcool, tutun, droguri, mâncare, muncă) care apar la mai mulți membri ai familiei? Unde? _____
- Ce fel de accidente sau evenimente neașteptate au marcat familia (ex.: accidente de mașină, căderi, incendii)? _____
- Cum vorbeau părinții mei despre corp – cu grijă, critică, rușine, indiferență? _____
- A existat în familie cineva cu dizabilități sau probleme cronice de sănătate? Cum a fost privit(ă)? _____
- Ce atitudine față de odihnă și îngrijire de sine am moștenit? (ex.: „întâi munca, apoi sănătatea”, „odihna e pentru leneși”) _____
- În familie, se mergea la medic ușor sau doar „când nu se mai putea”? _____
- Observ la mine un tipar de epuizare, suprasolicitare, ignorare a semnalelor corpului? Cum se leagă cu ce văd la ai mei? _____
- Dacă m-aș uita la corpul meu ca la un „mesager al arborelui”, ce cred că încearcă să îmi spună prin simptomele mele? _____