

DACĂ VIAȚA TA AR FI UN COPAC, CUM L-AI DESENA?

Pasul 1. Scrie pe rădăcini de unde vii (satul, orașul, țara), istoricul familiei (nume, strămoși, detalii despre familia ta): „*Cine și ce te-a inspirat?*”.

Pasul 2. Scrie pe linia solului detalii despre locul unde trăiești în prezent și activitățile tale obișnuite: „*Cine ești azi și ce faci?*”.

Pasul 3. Pe trunchiul copacului scrie despre lucrurile pe care le poți face și care sunt vizibile pentru alții, care se văd în interacțiunea cu ceilalți: „*Ce văd ceilalți că poți face?*”, „*Cât de importante sunt pentru tine?*”.

Pasul 4. Pe crengi scrie despre speranțele și dorințele pe care le ai în viață. Acestea pot fi personale sau generale: „*Dacă ai avea trei dorințe, care ar fi acestea?*”, „*Ce scopuri/planuri de viitor ai?*”.

Pasul 5. Pe frunze scrie numele persoanelor semnificative din viața ta: „*Cine sunt oamenii care te susțin/te-au susținut în ceea ce faci/ai făcut?*”, „*Există persoane care au murit - frunze în vânt?*”.

Pasul 6. Fructele vor conține detalii despre darurile primite, nu neapărat daruri materiale: „*Ce te-au învățat părinții tăi?*”, „*Ți-au dat vreodată un cadou care a însemnat mult pentru tine?*”, „*Ce interacțiuni ai primit pe care le-ai putea considera că sunt cadouri?*”.