



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Zadání reflexe 5 Rodinná mapa

Zpracujte rodinnou mapu skutečného či fiktivního klienta a jeho rodiny (nebo rodinnou mapu vlastní rodiny). Postupujte dle kroků, které jsou uvedeny v obrázku. Postupně vytvořte mapu rodiny a uveďte jména, data narození (případně úmrtí) rodičů, sourozenců, prarodičů, tet a strýců. U rodičů, prarodičů a sourozenců uveďte také jejich tři adjektiva (charakteristiky). Při zpracování mapy kladte také otázky tohoto typu:

1. Měl(a) jste vždy možnost „rozumět“, co se děje ve vaší rodině? Nebo se vyskytovala období „tajností“ a „nejasností“?
2. Bylo vždy ve vaší rodině akceptováno, že každý má nárok na své pocity? Byly některé pocity více akceptovatelné než jiné?
3. Bylo ve vaší rodině možno vždy vyjádřit myšlenky a postoje?
4. Bylo ve vaší rodině akceptovatelné požádat o to, co jste chtěli?
5. Byl/a jste povzbuzován/a, abyste se nebála riskovat?
6. Vzpomenete si nějaká skrytá rodinná pravidla?
7. Jste si vědom nějakých rolí, která jste na sebe v rodině převzal/a.
8. Jak byste popsal/a komunikační procesy ve vaší rodině: přímé nebo nepřímé, upřímné nebo neupřímné, respektující nebo neuctivé?
9. Jaké primární copingové pozice využívali ve stresu oba rodiče?
10. Jak reagovala vaše rodina na změny?
11. Jak vaši rodič zacházeli s konflikty? S hněvem?
12. Jak byly v rodině akceptovány rozdíly v osobnosti, talentu atp.?
13. Byl někdo dominantní? Převládal v rodině duch rovnosti bez ohledu na pohlaví, věk nebo roli?
14. Jakou dovednost, přednost jste získal/a díky životní zkušenosti ve vaší rodině?
15. Co byste ve své budoucí rodině chtěl/a uspořádat jinak?

Práci zpracujte v rozsahu 1500-2000 slov.

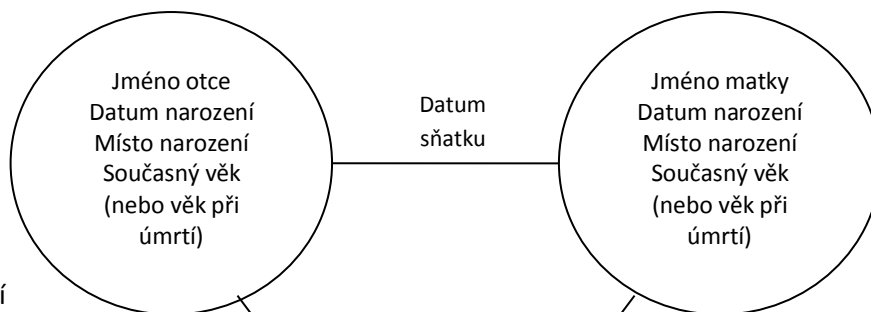
INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Mapa původní rodiny

A) Rodiče

1. krok

- profese
- vzdělání
- zájmy
- náboženské vyznání
- etnický původ



B) Děti

2. krok

- přidejte děti podle pořadí
- přidejte informace jako v kroku 1



3. krok

Ke každému napište:

- tři přídavná jména +
- tři přídavná jména –
- primární pozice copingu
- sekundární pozice copingu
- vymyslete metaforu



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

4. krok

- provedte to stejné jako v kroku 1-3 pro
- rodiče z matčiny strany
- provedte to stejné jako v kroku 1-3 pro
- rodiče z otcovy strany
- (provedte to stejné jako v kroku 1-3 pro
- současnou rodinu)

5. krok

5.1. Hvězda hovoří v triádě:

- fakta z rodinných map
- pocity, které měla, když vytvářela mapu
- vzorce, které= rozpoznala v trojgeneračním systému
- rodinná pravidla
- hodnoty a přesvědčení
- záchranné pozice
- mýty a tajemství

5.2. Sleduj hvězdu

- v čem si rozšířila uvědomění?
- co chce aktualizovat a změnit?
- co chce k životu přidat?
- jakou metaforu by požila pro rodinu?

Pomůcka pro zakreslování vztahů:



Závislý vztah (enmeshment)



Bouřlivý, divoký, nepřátelský vztah



Normální, přijímající vztah



Vzdálený, negativní, lhostejný vztah