



Kiedy to jest czasem?

Kto to są wszyscy?

Kiedy nie masz takiego wrażenia?

Co to znaczy, że nie masz siły?

Dlaczego to tylko od ciebie wszyscy czegoś chcą?

Czy są osoby, które z pierwszego rzędu kibicują twojemu brakowi siły i mówią ci, żebyś odpoczął?

Jak by to było, jakbyś przestał/a realizować potrzeby innych?

Jak twoje otoczenie by zareagowało?

To po czym byśmy poznali po zakończonym procesie, że to miało sens?

Co zrobiłeś/aś na rzecz zmiany w poprzednich terapiach?

Co dobrego z tego wynikało?

A co, jeśli tu też się nic nie zadzieje, nie nastąpi zmiana?

Czy to jest twoja opinia, że nic się nie zmieniło, czy otoczenia też?

Jak wspierałeś/aś ten proces tak, żeby tam się nie wydarzyło?

Zdaje się, że już znalazłeś/aś rozwiązanie swojego problemu, którym jest bycie samemu. Do czego zatem mogą ci się przydać nasze spotkania?

Co cię uczyniło podatnym na zranienia? <- ranienie siebie samego, zakładając ocenę i złe intencje, tworząc narracje.

Wyjątki: Czy są ludzie, którzy cię nie ranią i nie męczą?

Co to by znaczyło ruszyć dalej?

Po czym byś poznał, że ruszyłeś/aś?

Dokąd chciał(a)byś iść?

Mądrość ciała – do czego ono zaprasza i jakie odpowiedzi by ono przyniosło?

Jakbyś stał(a) w miejscu, a tylko twoja głowa by się ruszała dookoła, to co to głowa by zobaczyła?

Jakie to są role i jak się w nich czujesz?

Do której jest ci najbliższej?

Jak widzisz innych – czy wiedzą, kim są naprawdę?

Czy te role na przestrzeni czterdziestu lat się zmieniały?

Czy to, do której jest ci najbliższej, się zmieniało?

Jaki tytuł nosiłby film o twoim dotychczasowym życiu?

Z kim ci się najlepiej grało różne role?

Jakie role byś teraz odrzucił(a)?

Czy jest coś, co zawsze chciałeś/aś zagrać, ale nie miałeś/aś okazji? – rola życia.

Czy są takie momenty, w których jest pan wśród ludzi i nie męczy pana ich obecność? Co wtedy się dzieje?

Kto najbardziej potrzebuje wiedzieć, że wszystko jest w porządku?

Zdaje się, że inni ludzie widzą, że wszystko jest w porządku. Co by zobaczyli, gdyby widzieli to, co pan? Co by się zmieniło?

Wygląda jakby jedna pana część potrzebowała bliskości, a druga dbała o bezpieczeństwo.

Jaką rolę grasz na najczęściej?

W tym teatrze pana życia co się dzieje za kulisami?

Czy grał pan już główną rolę?

Kto siedzi na widowni, kto na to patrzy, jak reaguje?

Czy to jest teatr maskowy czy bardziej kukiełkowy?

Ciekawe, co wtedy się nie zmieniło, a co jednak pozwoliło próbować dalej.

Institut Pomocy Profesjonalnej

biuro@institutpp.pl

 www.institutpp.pl

