

MINI KVIZ:

Moj notranji otrok

Bodite pozorni na spodnje znake. Pomagali vam bodo prepoznati splošno stopnjo ranjenosti vašega notranjega otroka. Bolj kot se boste v spodnjih točkah prepoznali, bolj morate resno razmisliti o delu na sebi in zdravljenju in negovanju svojega notranjega otroka.

DA ALI NE:

1. V najglobljem delu sebe čutim, da je z mano nekaj narobe.
2. Ob novih dogodkih oz. aktivnostih čutim tesnobo.
3. Sem prizanesljiv in predober do ljudi in ponavadi nimam močne identitete.
4. Sem upornik. Počutim se bolj živo, ko sem v konfliktu z drugimi.
5. Čutim krivdo, ko se zavzemam zase.
6. Sem tekmovalen, vedno želim doseči kar največ.
7. Sebe štejem za strašnega grešnika in se bojim iti v pekel.
8. Nenehno se samokritiziram.
9. Sem perfekcionistačen.
10. Imam težave z začetkom ali zaključkom stvari.
11. Sram me je, da izražam močna čustva, kot sta žalost ali jeza.
12. Redko se jezim, ko pa to naredim, postanem besen.
13. Spolne odnose imam tudi takrat, ko jih v resnici ne želim.
14. Nikomu ne zaupam, niti sebi.
15. Sem odvisnik ali sem bil od nečesa zasvojen.
16. Na vsak način se želim izogniti konfliktom.
17. Bojim se ljudi in se jih izogibam.
18. Za druge se počutim bolj odgovorno kot zase.
19. S starši si nisem bil blizu.
20. Moj najgloblji strah je, da bi me kdo zapustil in naredil bom vse, da razmerje obstane.
21. Bojim se reči ne.

5X DA: ČE STE NA 5 ALI VEČ TRDITEV ODGOVORILI Z DA, POTEM JE VAŠ NOTRANJI OTROK RANJEN IN BO POTREBNO DELATI NA ZDRAVLJENJU PODZAVESTNIH RAN IN PREPRIČANJ.