

Anexo No. 2 Mi Niño(a) Interior

Cuando despiertes vas a visualizar un(a) pequeño(a) de cinco años a tu lado; eres tú cuando tenías esa edad, la idea es que durante todo este día sientas su compañía, compartas cada situación que vivas con el(ella); háblale, dile cómo te sientes, tus frustraciones, si estás viviendo la vida que quieres, si estas con la pareja que anhelabas, que tipo de trabajo tienes, entre otras cosas

Durante el día responderás las siguientes preguntas:

1. ¿Qué me gustaba cuando tenía 5 años?

2. ¿Qué me gustaba cuando tenía 7 años?

3. ¿Cómo se llamaban mis mejores amigos de la infancia?

4. ¿Qué soñaba ser cuando fuera grande?

5. ¿Qué admiraban las personas de mí?

6. ¿En qué momento empecé a cambiar?

7. ¿Cuál fue el suceso más triste de mi infancia?

8. ¿Cuál fue el momento más feliz?

