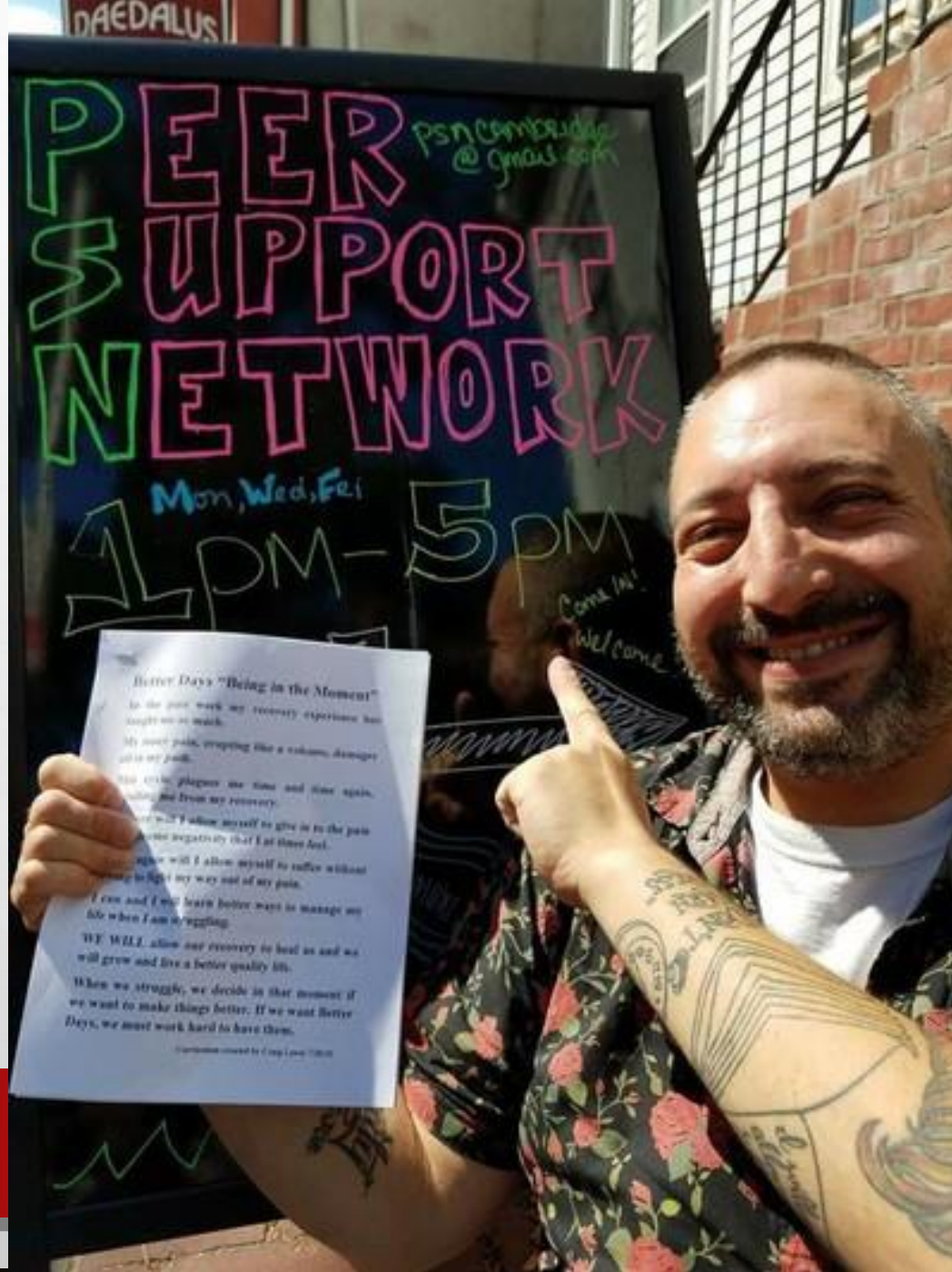


# **PEER/PUNKROCKER CRAIG LEWIS**

**WORKSHOP 9.10. 2017**



**TO JE  
ON**



**JEHO  
PŘÍBĚH**

# ZÁKLADNÍ MYŠLENKY:

## ŽÍT SE ZÁMĚREM:

- STÁLE DĚLÁM TO, CO MĚ DĚLÁ LEPŠÍM ČLOVĚKEM ABYCH PŘINÁŠEL CO NEJVĚTŠÍ ZMĚNU
- COKOLI SE STALO, MŮŽE OPRAVIT JEN ČLOVĚK, KTERÉMU SE TO STALO
- JSEM EXPERTEM SÁM NA SEBE
- **CO JE PRO MĚ REVOLUCE?**
- **CO JE REVOLUCE PRO TEBE?**

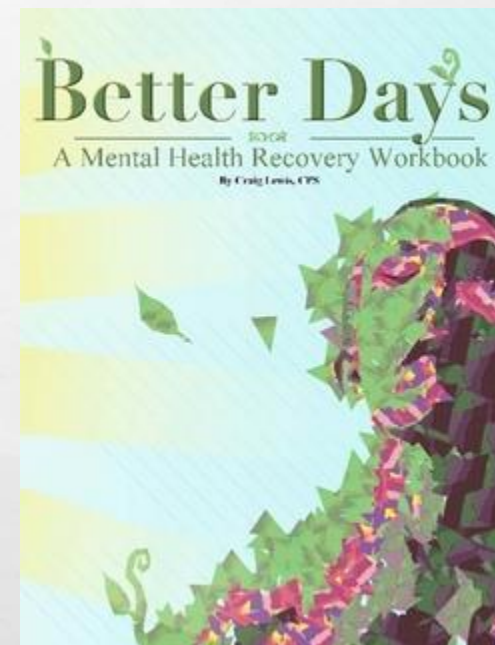
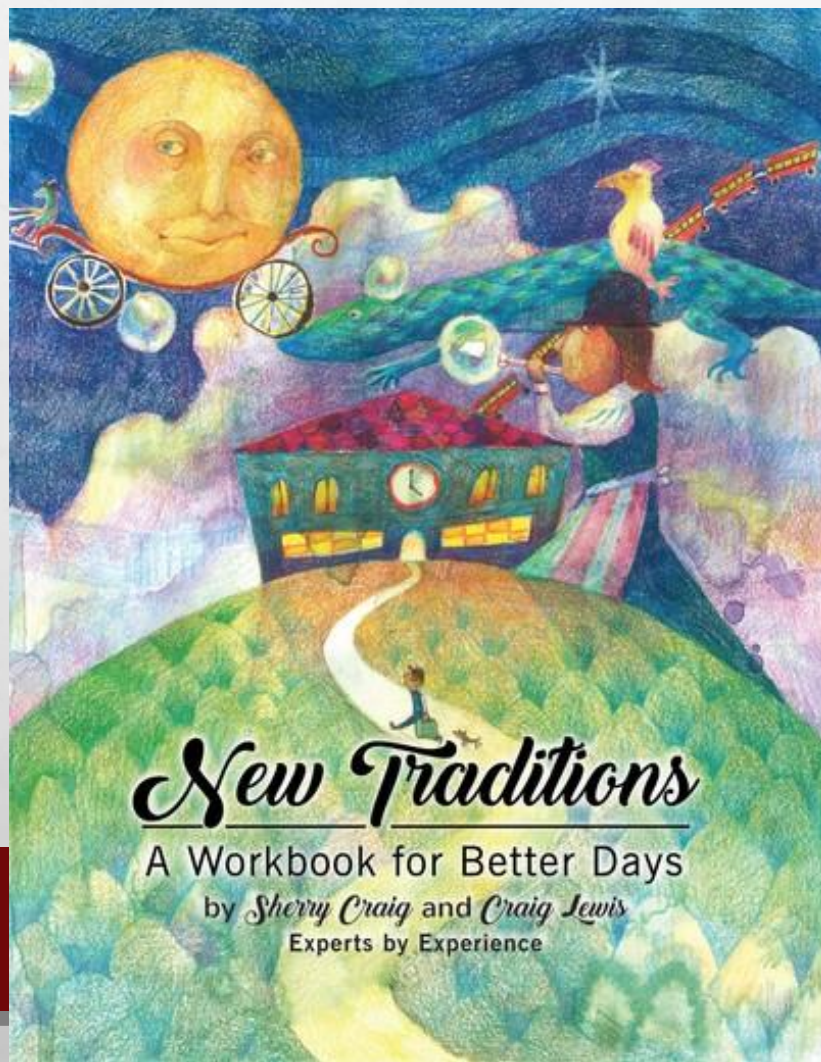
# ZKOUMÁNÍ VLASTNÍ ZKUŠENOSTI

- **CO FUNGOVALO**
- **CO NEFUNGOVALO**
- **JAK TO MĚLO BÝT, ABY TO FUNGOVALO**
- **CO UDĚLÁM PRO TO, ABY TO FUNGOVALO**
- **ZJIŠŤOVAT, KDO JSEM - JAK BY TA SITUACE BYLA, ABY BYLA PRO MĚ?**

# ZÁŠADNÍ OTÁZKY

- **PROČ LIDI NECHTĚJÍ BÝT SE MNOU?**
- **PROČ JE PRO MĚ DŮLEŽITÉ BÝT LEPŠÍ?**
- **PROČ SVŮJ ŽIVOT TRÁVÍM, TAK JAK HO TRÁVÍM?**
- **JAK BY VYPADAL MŮJ ŽIVOT, KDYBYCH NĚKTERÉ VĚCI DĚLAL JINAK?**

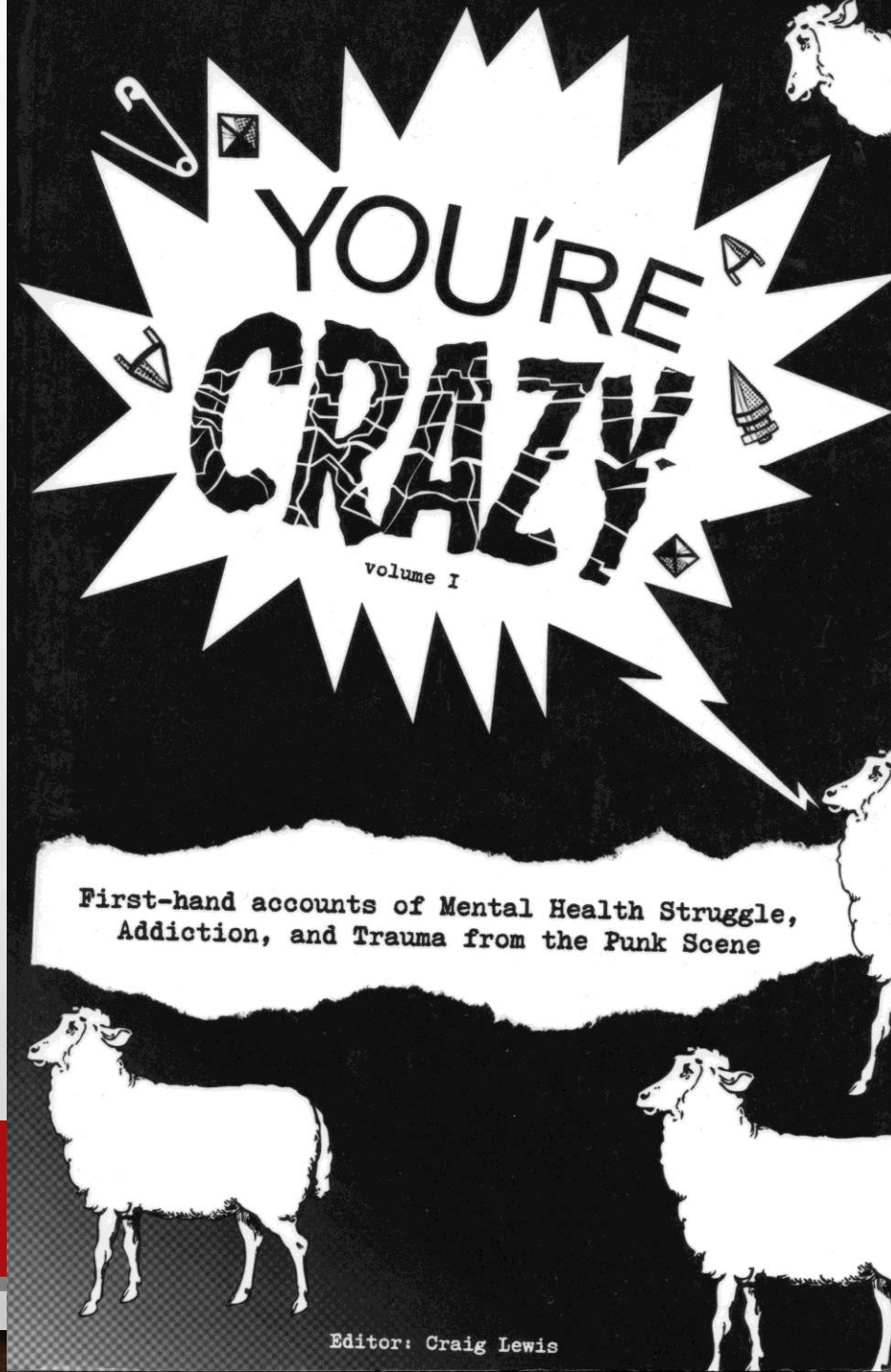
# PRACOVNÍ LISTY



# TAJEMSTVÍ ŠTĚSTÍ

## • **TAJEMSTVÍ ŠTĚSTÍ JE BÝT ŠŤASTNÝ**

- **ZA 20 HODIN SE BUDEŠ CÍTIT JINAK, NEŽ TEĎ – MUSÍŠ SI DÁT ŠANCI, ABY SE TO STALO**
- **INTENZITA POCITU BUDE JINÁ**
- **PROČ DĚLAT TAK KRÁTKODOBÁ ROZHODNUTÍ?**
- **KDYŽ UDĚLÁM KROKY K TOMU, ABY MOJE VOLBY BYLY LEPŠÍ, BUDOU I MÉ VÝSLEDKY LEPŠÍ**
- **CO ZATÍM MŮŽU VÍC DĚLAT, NEŽ BÝT ŠŤASTNÝ?**



First-hand accounts of Mental Health Struggle,  
Addiction, and Trauma from the Punk Scene

Editor: Craig Lewis

**Iveta Pohořelá,**  
**[recovery@ledovec.cz](mailto:recovery@ledovec.cz)**