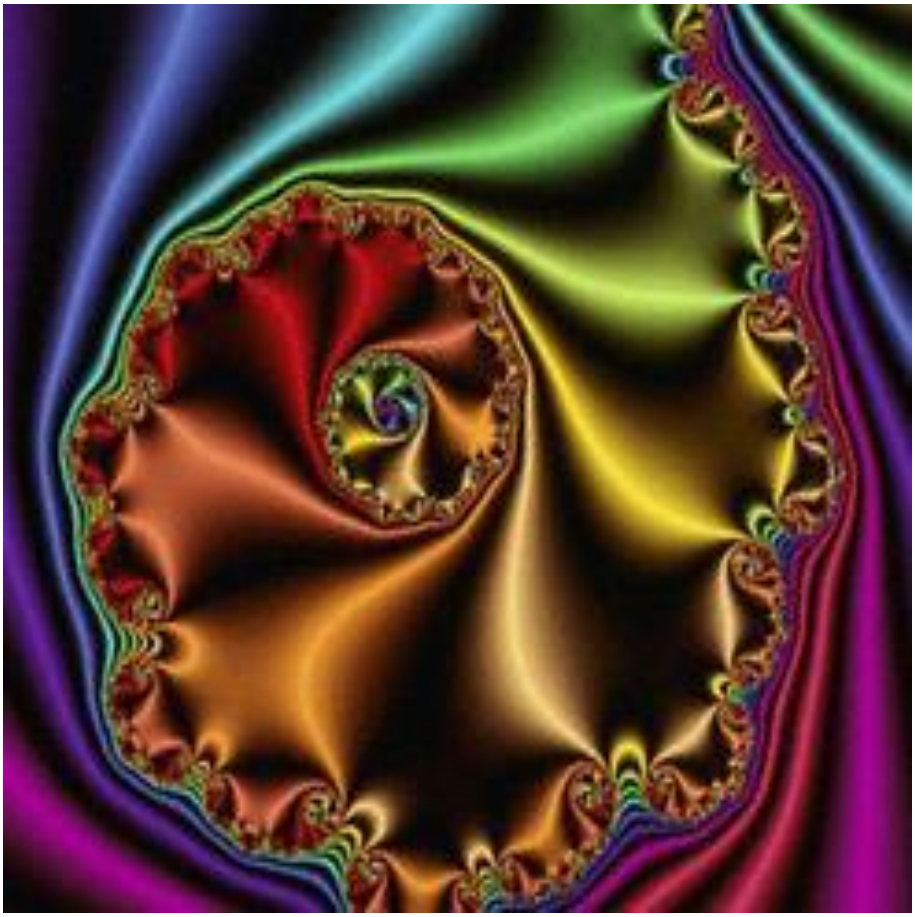
Micaela Vannucchi & Associati



Il nuovo stato dell'essere

Crea la vita che desideri

Nona Sessione

Questionario

1) Descrivi tua madre (aggettivi)

_____

_____

_____

2) Descrivi tuo padre (aggettivi)

_____

_____

_____

3) Cosa dice tua madre quando ti fa un complimento?

_____

_____

_____

4) Cosa ti dice quando ti critica?

_____

_____

_____

5) Da cosa ti mette in guardia soprattutto?

_____

_____

_____

6) Cosa ti dice tuo padre quando ti fa un complimento?

_____

_____

_____

7) Cosa dice quando ti critica?

_____

_____

_____

8) Da cosa ti mette in guardia soprattutto?

_____

_____

_____

9) Qual era la cosa che tua madre e tuo padre dicevano più spesso sulla vita?

_____

_____

_____

10) Cosa ti dice tua madre che sei?

_____

_____

_____

11) Cosa vuole tua madre che tu sia?

_____

_____

_____

12) Cosa ti dice tuo padre che sei?

_____

_____

_____

13) Cosa vuole tuo padre che tu sia?

_____

_____

_____

14) Cosa ti piace di più di te?

_____

_____

_____

15) Cosa ti piace di meno di te?

_____

_____

_____

16) Quando eri piccolo, che cosa ti hanno insegnato a fare i tuoi genitori?

_____

_____

_____

17) Che cosa ti hanno proibito di fare?

_____

_____

_____

18) Quali sentimenti, pensieri o atteggiamenti non dovevi rivelare nell'infanzia?

_____

_____

_____

19) Descrivi te stesso (aggettivi)

_____

_____

_____

20) Cosa dicevi e credevi della vita da bambino?

_____

_____

_____

21) Cosa dici e credi della vita ora?

_____

_____

_____

22) Qual è il sentimento negativo che hai più spesso?

_____

_____

_____

23) Quando ricordi di averlo sperimentato per la prima volta?

_____

_____

_____

24) Descrivi le circostanze correlate più spesso con questo sentimento

_____

_____

_____

25) Quale sintomo fisico hai spesso?

_____

_____

_____

26) Quale sensazione hai più frequentemente quando sei preoccupato o a disagio?

_____

_____

_____

27) Quando tua madre era preoccupata come lo dimostrava?

_____

_____

_____

28) Quando tuo padre era preoccupato come lo dimostrava?

_____

_____

_____

29) Ti capita spesso di sentirti scontento dopo aver interagito con una persona? Se sì descrivi una situazione tipica.

_____

_____

_____

30) Cosa farai tra cinque anni se le cose continueranno ad andare come ora?

_____

_____

_____

31) Come pensi che potresti morire?

_____

_____

_____

32) Cosa ci sarà scritto sulla tua tomba?

_____

_____

_____

33) Da piccolo cosa hai deciso sulla tua vita futura?

_____

_____

_____

34) Hai deciso di fare sempre e comunque una certa cosa?

_____

_____

_____

35) Quale era la tua storia preferita da piccolo?

_____

_____

_____

36) Quale parte ti piaceva di più?

_____

_____

_____