

## Questionario per voi due!

Lavoro Lei:

Lavoro Lui:

1) Pensi di essere:

- tollerante
- intollerante
- generoso
- insofferente

2) Ti sembra di essere:

- introverso
- estroverso

3) Vorresti essere prevalentemente:

- protettivo
- protetto

4) Sai stare solo?

- Sì
- No

5) Stai bene con te stesso?

- Sì
- No

6) Sai cosa vorresti?

- Sì
- No

7) Rinunci senza farlo pesare a ciò che ti manca?

- Sì
- No

8) Quando dici " non mi capisci...", ti chiedi se tu hai capito l'altra?

- A volte
- Sì
- No

9) Qualche volta avrai sentito il desiderio, il bisogno di esprimere la sensazione sublime di un "momento intimo" e dire:

- sono tuo
- sei mia

10) Se vedi vicino all'uscio, mentre stai uscendo, il sacco della spazzatura, che fai?

- lo lasci
- lo porti via

11) Dopo aver usato il bagno, controlli se è necessario usare lo spazzolino del water o non ci pensi affatto?

- Sì
- No

12) Quanto sei capace di attivare "l'ascolto attivo"?

(l'ascolto attivo che è il vero ascolto perchè richiede accettazione, che non significa approvazione, tempo, volontà, attenzione vedi libro "Tutte le frasi che fanno infuriare i nostri figli" di Nessia Leniamo)

13) Se ritrovassi un diario della tua infanzia, scritto da te o dai tuoi cari, pensi che potrebbe essere utile (ripercorrendo la tua evoluzione), per conoscerti meglio e per capire quanto effettivamente sei stato amato e considerato

- Poco
- Abbastanza
- Molto

14) Lo scriveresti un diario di tuo figlio?

- Si
- No

15) Quanto sei capace di attivare "il silenzio fertile"?

(il silenzio che non è assenza di parole; il solo fatto di non parlare non significa ancora necessariamente essere in silenzio)

- Poco
- Abbastanza
- Molto

16) Oggi cosa intenderesti per complementarietà nella coppia?

17) Ti sono state utili queste domande?

18) Pensi di approfondire qualcosa?