

MATERIALE DI LAVORO 11

ESERCITAZIONE INDIVIDUALE: ANALISI DEI GIOCHI

ESERCIZIO N. 11A, Caratteristiche tipiche dei giochi

Pensate ad un'interazione dolorosa della vostra esperienza familiare e/o lavorativa che corrisponda alle descrizioni di gioco presentate.

Descrivete la situazione e verificate se aveva le cinque caratteristiche tipiche dei giochi indicate nella dispensa.

Annotate come vi siete sentiti alla fine. È una situazione che vi è abbastanza familiare?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ESERCIZIO 11B, Il triangolo drammatico

Scrivete le parole che vi vengono in mente applicabili ad un Persecutore.

Fate lo stesso per un Salvatore e una Vittima.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Quali passaggi nel triangolo drammatico avete effettuato voi nell'esempio di gioco personale?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ESERCIZIO N. 11C, La Formula G

Individuate le fasi della Formula G nella scena in questione. Quali sono stati i messaggi a livello psicologico scambiati in ciascuna fase?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ESERCIZIO N. 11D, I “sei vantaggi” di Berne

Quali erano i “sei vantaggi” nel vostro esempio di gioco?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ESERCIZIO N. 11E, I Tornaconti

Quale tornaconto avete ottenuto alla fine del vostro gioco?

Può darsi che troviate immediatamente la risposta oppure che abbiate bisogno di un po’ di tempo di riflessione.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....