

MATERIALE DI LAVORO

ESERCITAZIONE INDIVIDUALE N.8: IL PROFILO DELLE CAREZZE

Ora tracciate il vostro profilo delle carezze.

Per tracciarlo completate la tabella vuota sottostante. Nei rettangoli tracciati in ciascuna delle quattro colonne registrate la vostra valutazione intuitiva della frequenza con cui date carezze, le accettate quando vi sono offerte, le chiedete e le rifiutate.

In ciascuna voce potete anche dare valutazioni separate per le carezze positive e negative. La frequenza delle carezze positive è indicata nei rettangoli verso l'alto a partire dall'asse centrale del diagramma, quelle delle carezze negative nei rettangoli verso il basso.

	Quanto spesso dai carezze positive agli altri?	Quanto spesso accetti carezze positive?	Quanto spesso chiedi agli altri le carezze positive che vuoi?	Quanto spesso rifiuti di dare le carezze positive che gli altri si aspettano da te?
SEMPRE				
MOLTO SPESSO				
SPESSO				
TALVOLTA				
RARAMENTE				
MAI				
	DARE	PRENDERE	CHIEDERE	RIFIUTARSI
MAI				
RARAMENTE				
TALVOLTA				
SPESSO				
MOLTO SPESSO				
SEMPRE				
	Quanto spesso dai carezze negative agli altri?	Quanto spesso accetti carezze negative?	Quanto spesso chiedi agli altri direttamente o indirettamente carezze negative?	Quanto spesso rifiuti di dare carezze negative?