

Questionario di feedback

Data:

Nome e cognome:

Parte A (da completare subito dopo la nostra seduta)

1. Su una scala da 1 a 10, quanto stavi aspettando la nostra seduta? ____

2. Cosa è emerso, o cosa hai portato con te dalla nostra sessione?

3. Su una scala da 1 a 10, quanto è stata utile o efficace la nostra sessione? ____

Cosa ritieni ti sia stato utile?

Cosa ritieni non ti sia stato d'aiuto?

4. Su una scala da 1 a 10, quanto sei stato in grado di condividere con me apertamente ciò che stavi vivendo durante la sessione? ____

Avrei potuto fare qualcosa per renderti più facile la condivisione?

Se sì, descrivilo brevemente:

5. Su una scala da 1 a 10, quanto hai avuto l'impressione che io comprendessi ciò che provavi e ciò che ti passava per la mente durante la nostra seduta? ____

Descrivi brevemente:

6. Su una scala da 1 a 10, hai fatto del tuo meglio per impegnarti sugli argomenti discussi? ____

Avrei potuto fare qualcosa per renderti più facile impegnarti?

Se sì, descrivi brevemente:

7. Su una scala da 1 a 10, hai fatto del tuo meglio per essere in sintonia/connessione con me? ____

Avrei potuto fare qualcosa per renderti più facile il sentirti connesso con me?

Se sì, descrivi brevemente:

8. Su una scala da 1 a 10, valuta la tua quantità di movimenti "verso" nella seduta: ____

9. Su una scala da 1 a 10, valuta la tua quantità di movimenti "via da" nella seduta: ____

10. Quali dei tuoi problemi (pensieri, emozioni, modi di fare e di reagire) di vita quotidiana sono emersi nella scorsa seduta o con me, fra quelli che si presentano fuori nelle tue giornate?

Descrivi brevemente:

11. Quali movimenti "verso" hai iniziato nella nostra seduta che possono essere tradotti nella tua vita fuori? Descrivi brevemente:

Parte B (da completare solo prima della nostra prossima seduta)

Data:

Nome e cognome:

12. Quali sono stati i punti alti e bassi della tua settimana?

Punti alti:

Punti bassi:

13. Descrivi almeno un movimento “verso” chi/cosa è importante per te, nel quale ti sei impegnato. (Sentiti libero di elencarne di più, fino ad uno per giorno, su un foglio separato). Cosa hai notato?

14. Descrivi almeno un movimento “via da” qualche esperienza interna indesiderata, nel quale ti sei impegnato. (Sentiti libero di elencarne di più, fino ad uno per giorno, su un foglio separato). Cosa hai notato?

15. Su una scala da 1 a 10, hai fatto del tuo meglio per iniziare movimenti “verso”? ____

16. Cosa vorresti che discutessimo nella nostra prossima seduta?

17. Su una scala da 1 a 10, quanto sei stato aperto e franco nel rispondere a queste domande? ____

18. Su una scala da 1 a 10, quanto stai aspettando la nostra prossima seduta? ____

19. Hai qualcos'altro da aggiungere?