

# Questionario di copione

## Approccio Transazionale di Erik Berne - corrente umanistica

(Fusione domande di Paul McCormick e di William Holloway)

Le domande sono poste "al presente", per cui nel caso un genitore sia deceduto considerare le domande "al passato", per esempio: "cosa ti dice tua madre..." diverrebbe "cosa ti diceva tua madre...".

Se una persona non ha avuto i genitori può far riferimento alle persone che ne hanno fatto le veci.

- 1) Descrivi brevemente tua madre.
- 2) Descrivi brevemente tuo padre.
- 3) Cosa ti dice tua madre quando ti fa un complimento?
- 4) Cosa ti dice quando ti critica?
- 5) Qual è il suo principale avvertimento?
- 6) Cosa ti dice tuo padre quando ti fa un complimento?
- 7) Cosa ti dice quando ti critica?
- 8) Qual è il suo principale avvertimento?
- 9) Qual era la cosa che tua madre diceva più spesso sulla vita?
- 10) Cosa vuole tuo padre che tu sia?
- 11) Cosa ti piace di più di te?
- 12) Cosa ti piace di meno di te?13) Sei più vicino a ciò che vuole tua madre o a ciò che vuole tuo padre?
- 14) Quando eri piccolo cosa ti hanno detto di fare i tuoi genitori?15) Che cosa ti hanno insegnato a fare?
- 16) Che cosa ti hanno proibito di fare?
- 17) Quali sentimenti, pensieri o atteggiamenti non dovevi rivelare nell'infanzia?
- 18) Vi era qualche altro adulto a casa prima che tu avessi 10 anni?
- 19) Descriviti brevemente.
- 20) Cosa dici e credi della vita ora?
- 21) Cosa dicevi e credevi della vita da adolescente?
- 22) Cosa dicevi e credevi della vita quando hai iniziato la scuola?
- 23) Qual è il sentimento negativo che hai più spesso?
- 24) Quando ricordi di averlo sperimentato per la prima volta
- 25) Descrivi le circostanze correlate più spesso con questo sentimento.
- 26) Quale sintomo fisico hai spesso?
- 27) Quale sentimento hai più frequentemente quando sei preoccupato o a disagio?
- 28) Quando tua madre era preoccupata come lo dimostrava?
- 29) Ti capita spesso di sentirti scontento dopo aver interagito con una persona.  
Se si 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) Quale sarà l'ultima parola delle persone che conosci?
- 34) Da piccolo cosa hai deciso sulla tua vita futura?
- 35) Hai deciso di fare sempre e comunque una certa cosa?
- 36) Quale era la tua storia preferita da piccolo?
- 37) Quale parte ti piaceva di più?
- 38) Cosa vorresti che avesse fatto di diverso tua madre?
- 39) Cosa vorresti che avesse fatto di diverso tuo padre?
- 40) Se per magia potessi cambiare qualche cosa di te, cosa cambieresti?
- 41) Cosa desideri maggiormente dalla vita?
- 42) Qual è il tuo problema più grande?  
*- Ipotizzando di fare un percorso di terapia:*
- 43) Cosa vuoi cambiare di te stesso durante la terapia?
- 44) Come possiamo sapere io e te che hai raggiunto le tue mete?
- 45) Come pensi che finirà il tuo trattamento?
- 46) Cosa deve accadere prima che tu migliori?