

GLI STILI EDUCATIVI EMOTIVI

Il test è composto da 81 items. Anche se può sembrare un pò lungo, devi rispondere a tutte le domande perché possa essere considerato valido.

Per ogni affermazione, fornisci una risposta corrispondente a **Vero** oppure a **Falso**. Se sei incerto circa la risposta da dare, indica quella che maggiormente si avvicina a quanto tu veramente pensi. Dal calcolo dei punteggi (la prossima volta!) otterrai un valore orientativo che indica il tuo stile educativo prevalente riguardo le emozioni.

Si suggerisce la lettura del libro di J. Gottman e DeClaire J. (2001), *Intelligenza emotiva per un figlio*. (Milano, Rizzoli), da cui è tratto il test.

1. I ragazzi hanno ben poco di cui rattristarsi.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
2. Penso che la collera vada bene finché la si tiene sotto controllo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
3. I ragazzi che sembrano tristi di solito non fanno altro che cercare di far dispiacere gli adulti per loro.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
4. Quando un ragazzo va in collera, si merita di essere escluso per un certo periodo dalla compagnia degli altri.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
5. Quando mio figlio fa il triste, è proprio insopportabile.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
6. Quando mio figlio è triste, si aspetta che io aggiusti tutto il mondo e lo renda perfetto.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
7. Non c'è davvero tempo per la tristezza nella mia vita.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
8. La collera è una condizione pericolosa.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
9. Se si ignora la tristezza di un ragazzo, essa tende a scomparire e a curarsi da sola.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
10. La collera di solito significa aggressione.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
11. I ragazzi spesso fanno i tristi per fare a modo loro.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
12. Penso che la tristezza non sia un problema finché rimane sotto controllo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
13. La tristezza è qualcosa da superare, da vincere, non bisogna indulgerci.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
14. Non credo di dovere intervenire se mio figlio è triste, dato che la tristezza non dura a lungo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
15. Preferisco un ragazzo felice rispetto a un ragazzo eccessivamente emotivo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
16. Quando mio figlio è triste, è tempo di risolvere un problema.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
17. Aiuto i miei figli a superare la tristezza in fretta perché possano passare a cose migliori.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
18. Non mi sembra che la tristezza di un ragazzo sia un'occasione per insegnarli qualcosa.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
19. Penso che quando i ragazzi sono tristi è perché hanno enfatizzato eccessivamente la negatività della vita.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso

20. Quando mio figlio si arrabbia, diventa davvero insopportabile.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
21. Pongo dei limiti alla collera di mio figlio.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
22. Mio figlio fa il triste per attirare l'attenzione.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
23. La collera è un'emozione che merita di essere esplorata.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
24. Una gran parte della collera dei ragazzi deriva dal fatto che non capiscono e sono immaturi.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
25. Cerco di trasformare i momenti di rabbia di mio figlio in momenti di allegria.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
26. Dovresti esprimere la collera che provi.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
27. Se mio figlio è triste, è il momento buono per stargli vicino.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
28. I ragazzi hanno davvero poco per cui arrabbiarsi.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
29. Quando mio figlio è triste, cerco di aiutarlo a scoprire che cosa lo fa sentire triste.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
30. Quando mio figlio è triste, gli faccio sentire che lo capisco.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
31. Voglio che mio figlio faccia esperienza della tristezza.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
32. La cosa importante è scoprire che cosa fa sentire triste un ragazzo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
33. La giovinezza è tempo di felicità e fortuna, non un tempo per sentirsi tristi o arrabbiati.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
34. Quando mio figlio è triste, ci sediamo e ne parliamo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
35. Quando mio figlio è triste, cerco di aiutarlo a capire perché prova quel particolare sentimento.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
36. Quando mio figlio è arrabbiato, è un'opportunità per sentirsi più vicino.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
37. Quando mio figlio è arrabbiato, investo un po' di tempo per cercare di verificare il sentimento con lui.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
38. Desidero che mio figlio provi la collera.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
39. Penso che sia un bene per i ragazzi che ogni tanto si arrabbino.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
40. E' importante capire perché il ragazzo si sente in collera.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
41. Quando mio figlio si intristisce, io lo metto in guardia dallo sviluppare un cattivo carattere.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
42. Quando mio figlio è triste, temo che possa crescere con una personalità negativa.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
43. In effetti non cerco di insegnare qualcosa di particolare ai miei figli sulla tristezza.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
44. Se c'è una lezione che ho da dare sulla tristezza, è che va benissimo esprimerla.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
45. Non sono sicuro che ci sia qualcosa da fare per modificare la tristezza.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso

46. Non c'è molto da fare per un ragazzo triste, se non cercare di offrirgli del conforto.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
47. Quando mio figlio è triste, cerco di fargli capire che gli voglio bene in ogni caso.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
48. Quando mio figlio è triste, non so con certezza che cosa voglia da me.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
49. Non cerco di insegnare a mio figlio nulla di particolare sulla collera.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
50. Se c'è una lezione da dare sulla collera, è che va benissimo esprimerla.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
51. Quando mio figlio è arrabbiato, cerco di essere comprensivo con il suo stato d'animo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
52. Quando mio figlio è arrabbiato, cerco di fargli capire che gli voglio bene lo stesso.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
53. Quando mio figlio si arrabbia, non riesco a capire che cosa voglia da me.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
54. Mio figlio ha un brutto carattere, io ne sono preoccupato.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
55. Non penso che sia giusto per un ragazzo mostrare la collera.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
56. Le persone arrabbiate non si controllano.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
57. L'espressione di collera in un ragazzo non è altro che un capriccio.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
58. I ragazzi si arrabbiano perché vogliono fare a modo loro.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
59. Quando mio figlio si arrabbia, mi preoccupano le sue tendenze distruttive.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
60. Se permettete ai vostri ragazzi di arrabbiarsi, finiranno per pensare che possono farlo tutte le volte che gli va.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
61. I ragazzi arrabbiati mancano di rispetto.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
62. I ragazzi sono piuttosto divertenti quando sono arrabbiati.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
63. La collera tende a ottenebrare il mio giudizio e faccio cose di cui mi pento.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
64. Quando mio figlio si arrabbia, è il momento di risolvere un problema.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
65. Quando mio figlio si arrabbia, penso che sia il momento di dargliele.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
66. Quando mio figlio si arrabbia, il mio obiettivo è riuscire a farlo smettere.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
67. Non mi importa molto la collera di un ragazzo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
68. Quando mio figlio è arrabbiato, non lo prendo sul serio.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
69. Quando sono arrabbiato, mi sento come se stessi per esplodere.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
70. La collera non porta a nulla.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
71. La collera è una cosa eccitante da esprimere per un ragazzo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso

72. La collera di un ragazzo è importante.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
73. I ragazzi hanno diritto di sentirsi in collera.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
74. Quando mio figlio dà in escandescenze, cerco soltanto di capire che cosa lo ha fatto infuriare.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
75. E' importante cercare di capire che cosa ha causato la collera di un ragazzo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
76. Quando mio figlio si arrabbia con me, penso: "Non voglio sentirlo".	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
77. Quando mio figlio è arrabbiato, io penso: "Se solo imparasse a roteare i pugni!".	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
78. Quando mio figlio si arrabbia, penso: "Perché non riesce ad accettare le cose come sono?"	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
79. Voglio che mio figlio si arrabbi perché impari a stare in piedi da solo.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
80. Non farei una grossa questione della tristezza di mio figlio.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso
81. Quando mio figlio si arrabbia, vorrei proprio sapere che cosa sta pensando.	<input type="checkbox"/> Vero	<input type="checkbox"/> Falso