





## Strumento di valutazione a puzzle Create

Di seguito sono riportati alcuni suggerimenti su ciascun pezzo del puzzle potrebbe essere interpretato per valutare lo sviluppo personale in terapia e altri supporti / attività. Questo strumento di valutazione può essere utilizzato anche da terapeuti e professionisti per valutare le fasi del percorso terapeutico.

Le metafore sono solo un suggerimento, sentiti libero di adattarle secondo i bisogni tuoi o quelli delle persone con cui si stai lavorando o che stai supportando.





Nella lista qui sotto abbiamo iniziato con il contenitore e poi muovendoci verso il mettere radici e il senso di appartenenza, come se i pezzi fossero sempre più pienamente collegati fase dopo fase. Questo può essere modificato nell'ordine che senti migliore per te. In allegato vi sono alcuni esempi di come il puzzle può essere completato e rappresentare lo stadio della guarigione psicologica, dello sviluppo personale o del viaggio terapeutico.

PEZZI DEL PUZZLE	METAFORE SUGGERITE
	<b>J</b> Sentirsi ricco di emozioni, contenuto e pronto per essere nutrito.
	<b>I</b> Vuoto, insoddisfatto, con la sensazione di essere contenuto e trattenuto ma non sicuro.








Funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union




	<p><b>E</b></p> <p>Inizio di un viaggio, riservato, diffidente, non forte ma con qualche potenziale.</p>
	<p><b>F</b></p> <p>Il cambiamento è iniziato ma in modo prudente, sensazioni un po' incerte o squilibrio emotivo..</p>
	<p><b>G</b></p> <p>Accettazione di un viaggio positivo, cambiamento, crescita personale in un flusso più forte.</p>
	<p><b>H</b></p> <p>Fiorire, adempiere, fare bene, felice, contento, positivo, forte fase di crescita personale, orgoglioso.</p>

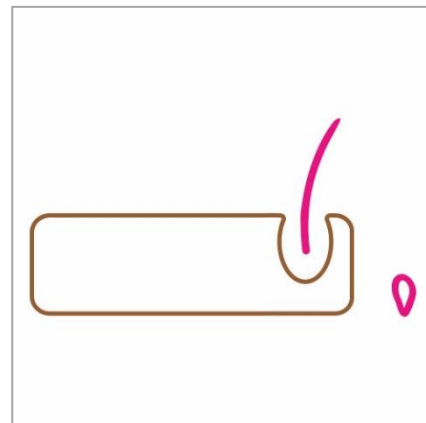
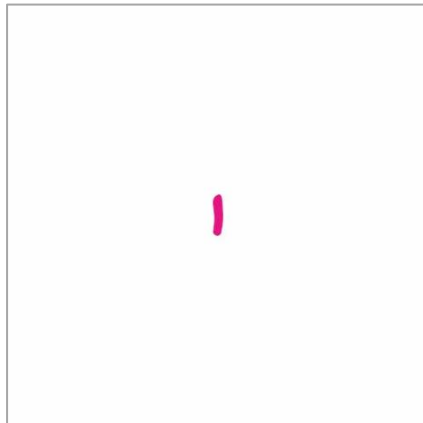


	<p><b>A</b></p> <p>In viaggio per raggiungere una felicità più piena.</p>
	<p><b>C</b></p> <p>Orgoglioso, in piena fioritura, contenuto, soddisfatto</p>
	<p><b>D</b></p> <p>Lasciare andare qualcosa (positivo) o qualcosa che si allontana (negativo)</p>
	<p><b>N</b></p> <p>Radicato, sicuro, pronto, senso del luogo e di appartenenza, inserimento stabile.</p>
	<p><b>K</b></p> <p>Cominciare a sentirsi sicuro e con un senso del luogo.</p>

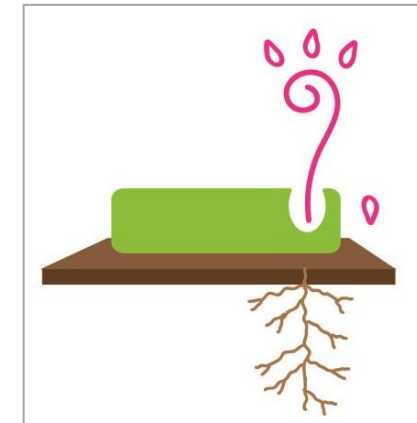


	<p><b>M</b></p> <p>Senso di appartenenza molto sicuro e forte, aver messo radici, sentirsi a casa, forte identità sociale/personale.</p>
---	--

Ecco alcuni esempi di puzzle completati e dei loro possibili significati:



Qui il vaso vuoto suggerisce di sentirsi vuoti, insoddisfatti, sentirsi contenuti ma non ancora al sicuro. Tuttavia, lo stelo di dimensioni medie mostra che si inizia ad accettare la nuova vita crescendo. Il petalo che cade potrebbe mostrare che si pensa alle cose o alle persone rimaste indietro e avvertendo un pesante senso di perdita.



Questo puzzle completato ha significati simili a quello precedente. Tuttavia questa persona mostra un più forte senso di stabilità evidenziato dalle grandi radici. L'uso di tutti e tre i petali mostra che ci si sente orgogliosi, di successo e felici. Di nuovo il petalo che cade può suggerire di sentire la perdita di ciò che si è dovuto lasciare indietro.




Se questa persona vive da poco in un nuovo paese, questa piccola radice solitaria potrebbe rappresentare l'inizio della sua nuova vita lì. Potrebbe anche sentirsi sola perché non conosce nessuno. Non ha usato nessuna radice perché non si sente ancora "radicato".

**Emozioni/ Contesto**

Di seguito sono riportate alcune atmosfere per illustrare le metafore che utilizzano il tempo trovano partecipanti o terapeuti da aggiungere all'immagine di valutazione.

La base e il vaso pieni rappresentano una sensazione di sicurezza più solida. Ci si sente ancorati a terra e si iniziano a mettere radici (come mostra la piccola radice). Il gambo lungo mostra un forte senso di crescita personale. Ma l'uso di un solo petalo significa che c'è ancora una lunga strada da percorrere.

metafore che utilizzano il tempo emozioni o il contesto in cui si

ICONA DEL TEMPO	SUGGESTED METAPHORS
	<p><b>O</b></p> <p>Positivo, felice, luminoso, divertente, gioioso, caldo, giocoso, forte senso di speranza.</p>



Funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



**P**



Sole prevalente - ottimista, pieno di speranza, in attesa, rivelatore, giocoso.



**Q**

Nuvola prevalente - riservato, preoccupato, dubbioso ma con un po' di senso di speranza.





	<p><b>R</b></p> <p>Nuvole che si raccolgono- preoccupato, ansioso, nervoso, serio, qualcosa di negativo imminente</p>
	<p><b>S</b></p> <p>Alla deriva, annoiato, solitario, da solo.</p>



Funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





	<p><b>T</b></p> <p>Triste, sconvolto, cupo, squilibrio emotivo, sana espressione emotiva attraverso la capacità di mostrare dolore, perdita.</p>
	<p><b>U</b></p> <p>Cambiamenti improvvisi / drammatici, sconvolgimenti, distruttività, caos, confusione, emotivamente sopraffatti.</p>





Funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



	<p><b>V</b></p> <p>Perso, confuso, richiesta di aiuto, chiuso dentro, paura, ansia, angoscia, incapace di vedere attraverso le difficoltà, claustrofobico.</p>
	<p><b>X</b></p> <p>Arrabbiato, frustrato, distruttivo, angosciato, potente, psicologicamente/emotivamente attaccato.</p>



**Y**

Accogliere il cambiamento, ottimista, fiducioso, rasserenato.



**Z**

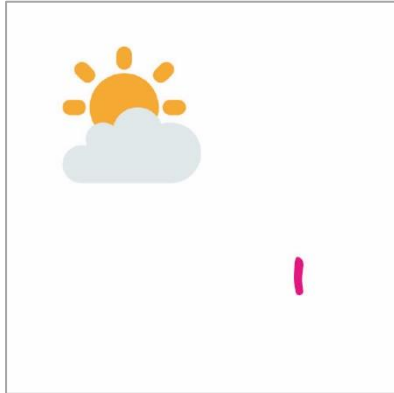
Contenuto, chiusura, fine, sollievo.



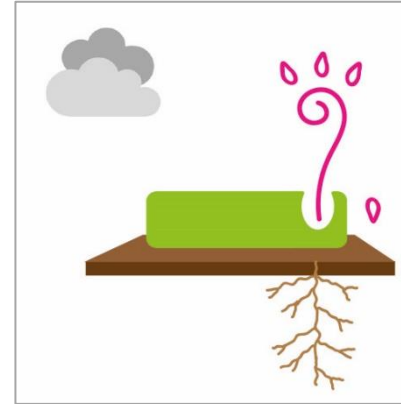
Funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Ecco alcuni esempi di puzzle completati e dei loro possibili significati:



Il pezzo E (piccolo stelo) rappresenta l'inizio di un viaggio non ancora forte ma con potenziale. Il sole nel pezzo P mostra che ottimismo ma le nuvole mostrano riservatezza e diffidenza.



La pianta completamente coltivata con vaso pieno, base e radici mostra che questa persona si sente sicura, radicata e ha raggiunto o realizzato il proprio potenziale. Le nuvole incombenti (parte R) suggeriscono che hanno dubbi, paure o forse ci si sente esposti e vulnerabili.