

SIAF Italia

Associazione di Categoria

DATI DEL LETTORE RICHIEDENTE ECP

NOME: _____ COGNOME: _____

DATA DI NASCITA: _____ LUOGO DI NASCITA: _____

CODICE SIAF: _____

DATI LIBRO

TITOLO LIBRO: ***Decluttering: spaceclearing fra le stanze della tua vita. Ordine in casa, spazio nel cuore***

ANNO PUBBLICAZIONE: **2015** - PAGINE: **168** - N° ECP ASSEGNATI: **3 (Tre)**

NOME E COGNOME AUTORE: **Lucia Larese**

EDITORE: **Mediterranee Edizioni**

CONTENUTI

Indicare con una croce la lettera della risposta che ritieni corretta

1) Cosa significa letteralmente decluttering ?

- a) *l'operazione di sbarazzarsi del ciarpame*
- b) *l'abitudine ad accumulare oggetti inutili*
- c) *le predisposizione psicologica ad invadere ed occupare ogni spazio libero*
- d) *la paura degli spazi vuoti nella propria casa*

2) Cosa cos'è il Feng Shui?

- a) *Una pratica filosofica per mantenere la casa pulita e in ordine*
- b) *Uno strumento che indica pratiche soluzioni per risolvere problemi economici*
- c) *Un'antica religione cinese che insegna a vivere in modo Zen per avere prosperità e gioia*
- d) *Un'antica arte cinese che detta le regole per vivere in armonia con le leggi dell'Universo*

3) Espellere le scorie metaboliche nella visione dell'autrice può essere considerata un'operazione di 'decluttering' del corpo attraverso organi preposti. Quelli sottoelencati sono tutti organi emuntori ad eccezione di uno: quale?

- a) *Intestino*
- b) *Stomaco*
- c) *Sistema linfatico*
- d) *Occhi e capelli*

- 4) Cosa scopre la protagonista scrivendo il suo diario?
- a) *Che è difficile ammettere le proprie debolezze e in particolare che ha ancora molte cose disordine in casa*
 - b) *Che la soluzione è assumersi la responsabilità della propria vita*
 - c) *Che ha l'abitudine a rimandare azioni o decisioni a causa della propria confusione interiore*
 - d) *Che la perdita dell'amore di Davide ha distrutto la sua esistenza per sempre*
- 5) Nella visione dell'autrice perché esiste un collegamento fra stanze della casa e emozioni
- a) *Perché ogni stanza contiene dei ricordi e ti rimanda alla tua famiglia d'origine da cui provengono la maggior parte delle problematiche esistenziali dell'essere umano.*
 - b) *Perché secondo il Feng Shui esistono regole logiche e precise che collegano ogni stanza ad uno specifico vissuto personale.*
 - c) *Quando riordini consapevolmente la tua casa, emergono pezzi della tua storia personale e puoi lasciare andare emozioni del passato, eliminando oggetti ormai diventati inutili.*
 - d) *Le stanze piene di oggetti e ricordi fanno emergere emozioni dimenticate e sepolte da conservare gelosamente*
- 6) Quale è la percentuale di tossine che vengono smaltite dal corpo attraverso la respirazione?
- a) *50 % respirazione 50 % altri organi emuntori*
 - b) *30 % respirazione 70 % altri organi emuntori*
 - c) *75% respirazione 25% altri organi emuntori*
 - d) *10% respirazione 90 % altri organi emuntori*
- 7) Che cos'è la trappola di Monna Lisa?
- a) *Esprimere, sorridendo malinconicamente, un' inequivocabile senso di rinuncia anziché gioia*
 - b) *Indica nel famoso dipinto di Leonardo da Vinci il sorriso enigmatico che confonde i sentimenti di chi lo osserva*
 - c) *Esprime un atteggiamento psicologico delle donne di malcelata ipocrisia verso gli uomini*
 - d) *Sorridere per piaggeria verso i potenti richiedendo implicitamente favori personali*
- 8) Quale rapporto ha Giovanna , la protagonista del libro, con l'analisi e l'introspezione?
- a) *Ne è rimasta affascinata, ottenendo soddisfacenti risultati per se e la sua famiglia*
 - b) *Essendo una psicologa è abituata ad analizzare fatti ed eventi dal punto di vista psicologico*
 - c) *Vorrebbe essere più istintiva e lasciarsi andare all'altalenante susseguirsi delle emozioni*
 - d) *Considera l'analisi come unico strumento per avere un' equilibrata autostima e un umore stabile*
- 9) Quanti grammi di residui metabolici e batteri contiene mediamente un colon considerato in buona salute?
- a) *500 grammi circa*
 - b) *4.000 grammi circa*
 - c) *800 grammi circa*
 - d) *2.250 grammi circa*

10) Quale è il locale della casa che 'crea la vita' secondo il Feng Shui?

- a) Camera da letto
- b) Sala meditazione
- c) Salone / ingresso
- d) Cucina

GRADIMENTO DEL LIBRO

1) I contenuti trattati del libro sono:

- a) ottimi
- b) soddisfacenti
- c) scarsi
- d) insoddisfacenti

2) La forma comunicativa utilizzata dall'autore:

- a) ottima
- b) soddisfacente
- c) scarsa
- d) insoddisfacente

3) La lettura del libro la ritengo appropriata per la mia attività professionale:

- a) molto
- b) sufficiente
- c) poco
- d) per niente

4) I concetti espressi risultano:

- a) molto innovativi
- b) innovativi
- c) poco innovativi
- d) per niente innovativi

5) Assegna un livello di soddisfazione della lettura del libro nel suo complesso:

- a) molto soddisfacente
- b) soddisfacente
- c) poco soddisfacente
- d) per niente soddisfacente