

SIAF Italia

Associazione di Categoria

DATI DEL LETTORE RICHIEDENTE ECP

NOME: _____ COGNOME: _____

DATA DI NASCITA: _____ LUOGO DI NASCITA: _____

CODICE SIAF: _____

DATI LIBRO

TITOLO LIBRO: *I Fiori di Bach per corpo, mente e spirito*

ANNO PUBBLICAZIONE: **2009** - PAGINE: **111** - N° ECP ASSEGNATI: **2 (DUE)**

NOME E COGNOME AUTORE: **Maria Cristina Saponi**

EDITORE: **M.I.R. Edizioni**

CONTENUTI

Indicare con una croce la lettera della risposta che ritieni corretta

1) Quale essenza floreale utilizzeresti in caso di paura e apprensione per qualcosa di indefinito (“Hopaura, ma non so di cosa”) e per la sensazione che potrebbe accadere qualcosa di sgradevole?

- a) *mimulus*
- b) *aspen*
- c) *cherry plum*
- d) *olive*

2) Qual è il Fiore di Bach che si utilizza quando si prova amarezza, risentimento, ci si sente perseguitati dal destino (“Perché capitano tutte a me?”) o quando si sente rancore a causa delle prove della vita e si ritiene che i propri sforzi non siano stati riconosciuti per il loro giusto valore mentre quelli degli altri sì?

- a) holly
- b) elm
- c) willow
- d) centaury

3) Qual è l'essenza floreale che si utilizza quando ci si sente insoddisfatti della propria vita e, pur avendo tentato diverse strade, nessuna è risultata quella giusta? Quando si cambia idea spesso, si hanno solo incertezze su cosa fare nella vita e ci si sente irrealizzati?

- a) *scleranthus*
- b) *gorse*
- c) *red chestnut*
- d) *wild oat*

4) Qual è il Fiore di Bach che si usa per le persone che preferiscono stare sole, isolate perchè non amano mischiarsi con gli altri? Loro frasi tipiche sono: "Meglio soli che male accompagnati" oppure "Non mi sento simile a nessun altro, è inutile aprirsi e condividere, meglio essere stare per conto proprio"

- a) *beech*
- b) *water violet*
- c) *mimulus*
- d) *clematis*

5) Che essenza floreali useresti quando rischi di crollare, soprattutto emotivamente, perché senti che hai troppi pesi, troppe responsabilità e non ce la fai più a sostenerle?

- a) *elm*
- b) *oak*
- c) *hornbeam*
- d) *cerato*

6) Qual è il Fiore di Bach per chi prova sensi di colpa, pensa di "non meritare" ciò che gli è stato dato o che ha raggiunto? Per chi pensa sempre che avrebbe potuto fare di meglio e si sente responsabile anche degli errori altrui?

- a) *pine*
- b) *rock water*
- c) *vervain*
- d) *chestnut bud*

7) Quale essenza floreale useresti per una persona che non molla mai, ha un forte senso del dovere e lotta, anche se sfinito, per portare a termine i suoi compiti senza lamentarsi mai? (è una persona sulla quale si può sempre contare perché riesce a completare le cose nonostante le difficoltà, ma rischia di esaurire le sue forze perché non si risparmia)

- a) *oak*
- b) *olive*
- c) *honeysuckle*
- d) *vine*

8) Qual è il Fiore di Bach che utilizzeresti per chi vuole sempre aver ragione, non accetta le opinioni altrui e costringe le persone che ha accanto a fare unicamente come vuole lui?

- a) *centaury*
- b) *vine*
- c) *mustard*
- d) *aspen*

9) Che Fiore di Bach useresti per chi si sente indeciso tra due cose, incerto su quale scegliere o soffre di sbalzi continui d'umore?

- a) *scleranthus*
- b) *wild oat*
- c) *gorse*
- d) *chestnut bud*

10) Qual è l'essenza floreale che si usa quando si perde facilmente la pazienza, si è sempre di corsa e si ha fretta di finire le cose che si devono fare? Quando ci si irrita nel vedere la lentezza altrui in compiti che, al contrario, si ritiene possano essere eseguiti velocemente? (frasi tipiche "Dammi, faccio io che faccio prima", "Chi fa da sé fa per tre")

- a) *cerato*
- b) *impatiens*
- c) *chicory*
- d) *heather*

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

4) I concetti espressi risultano:

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

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

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