

COME MI ORIENTO

Nome e cognome:

Data:

Da 1 a 5, quanto sei d'accordo con le seguenti affermazioni?

(1 = per niente d'accordo, 5 = molto d'accordo)

1. Mi faccio delle domande su quello che sto imparando

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

2. Imparo meglio quando so già qualcosa sull'argomento

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3. Approfitto di ogni occasione per imparare qualcosa di nuovo

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

4. Penso che quello che ho imparato può essermi utile nel futuro

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5. Trovo inutile cercare di capire le ragioni di particolari errori commessi

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6. Quando sbaglio penso che sia meglio nascondere gli errori

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

7. Mi piace soffermarmi a pensare a come la mia mente lavora

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

8. Mi piace imparare dalla mia esperienza

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

9. Dopo aver affrontato una situazione difficile rifletto su come ho fatto per superarla

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

10. Se c'è un argomento che mi interessa particolarmente lo approfondisco

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

11. Mentre studio mi rendo subito conto delle cose che non ho capito bene

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

12. Cerco di pormi degli obiettivi da raggiungere

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

13. Riesco a gestire il tempo nelle attività in cui sono impegnata/o

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

14. Quando faccio i compiti o studio penso al modo migliore per affrontare queste attività

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

15. Mi pongo delle domande se il metodo che sto utilizzando è quello giusto per apprendere al meglio

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

16. Rifletto sulle strategie da utilizzare quando sono impegnata/o in un'attività

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

17. Mi piace affrontare situazioni sempre nuove

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

18. Non credo che sia utile pensare al futuro

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

19. Quando penso alle scelte che dovrò fare provo ansia

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

20. Sono consapevole dei miei limiti e delle mie capacità

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

21. Parlo dei miei insuccessi con le amiche e con gli amici

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

22. Lavorare con gli altri mi permette di imparare più velocemente

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

23. Sono disponibile al confronto con gli altri

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

24. Cerco aiuto e consigli da parte degli altri

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

25. Sono aperta/o a opinioni e idee anche diverse dalle mie

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

26. Condividere con gli altri un problema o una difficoltà mi aiuta a superarlo con più facilità

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

27. Quando una persona a cui tengo è in difficoltà, cerco di darle conforto e consigli

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

28. Non mi piace aiutare gli altri

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

29. Prendo le decisioni senza pensarci troppo

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

30. Cerco sempre di avere chiaramente in testa il quadro degli impegni scolastici che mi attendono

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

31. Di fronte a una situazione che non mi piace o troppo complessa cerco di fare finta di niente

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

32. Mentre sto svolgendo un'attività evito di pensare a come sto procedendo

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

33. Dopo aver risolto un problema provo soddisfazione

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

34. Riesco subito a capire se un problema o una difficoltà che non avevo mai incontrato prima è facile o difficile

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

35. Gli ostacoli che ho affrontato mi hanno aiutato nel raggiungimento degli obiettivi

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

ORIENTARE CON LA LETTERATURA



CC BY-NC-ND

Attribuzione – Non Commerciale – Non Opere Derivate