

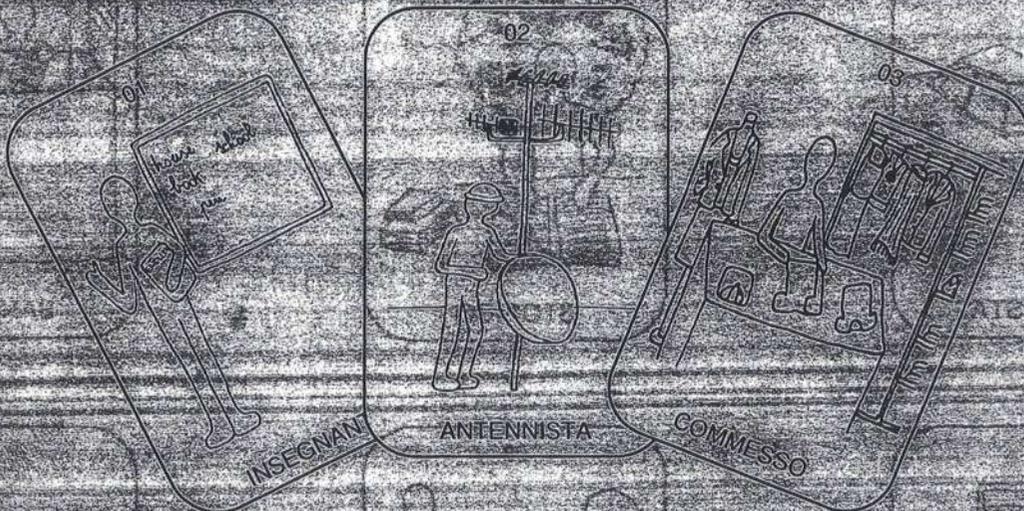


UNIVERSITÀ
CATTOLICA
del Sacro Cuore

CROSS

DIEGO BOERCHI - PAOLA MAGNANO

Inventario Iconografico degli Interessi Professionali (3IP)



Qui di seguito troverai una serie di vignette che rappresentano alcuni tra i più comuni lavori che un giorno potresti svolgere.

Guarda bene ogni vignetta e indica quanto ti interessa quella specifica professione usando la seguente scala:

- ① Per nulla ② Poco ③ Abbastanza ④ Molto

Rispondi sull'apposito foglio, annerendo il numero che corrisponde al tuo interesse.

Fai attenzione a rispondere a tutte le domande e ricordati: non esistono risposte giuste o sbagliate. La risposta giusta è quella che indica quanto a te interessa quella professione. Se vuoi correggere una risposta data, annulla con una crocetta la risposta sbagliata e segna la risposta corretta annerendola.

Le risposte vanno sempre segnate sull'apposito Foglio Risposta.

CLASSE 2 ____ ALUNNO _____

1 Quando eri bambino pensavi al lavoro che ti sarebbe piaciuto fare da grande ? SI NO

Se si quale lavoro e perché.....

2 Hai cambiato idea da allora ? SI NO

Se si perché.....

3 Qual è la tua preferenza attuale ?

Elenca nella tabella gli aspetti favorevoli e quelli sfavorevoli di questa professione

Aspetti favorevoli	Aspetti sfavorevoli

4 Scegli, tra quelli elencati, i tre fattori che ritieni più importanti per definire soddisfacente un lavoro

- SICUREZZA DEL POSTO DI LAVORO POSSIBILITA' DI CARRIERA AUTONOMIA NEL LAVORO
 COLLABORAZIONE CON I COLLEGHI POSSIBILITA' DI MOSTRARE LE PROPRIE CAPACITA' RETRIBUZIONE
 UTILITA' SOCIALE DELLA PROFESSIONE VEDERE LA REALIZZAZIONE CONCRETA DEL PROPRIO LAVORO
 POSSIBILITA' DI FARE UN LAVORO DIVERTENTE ESSERE IL CAPO SUCCESSO PERSONALE
 ALTRO specifica.....

5 i miei interessi e i miei hobbies

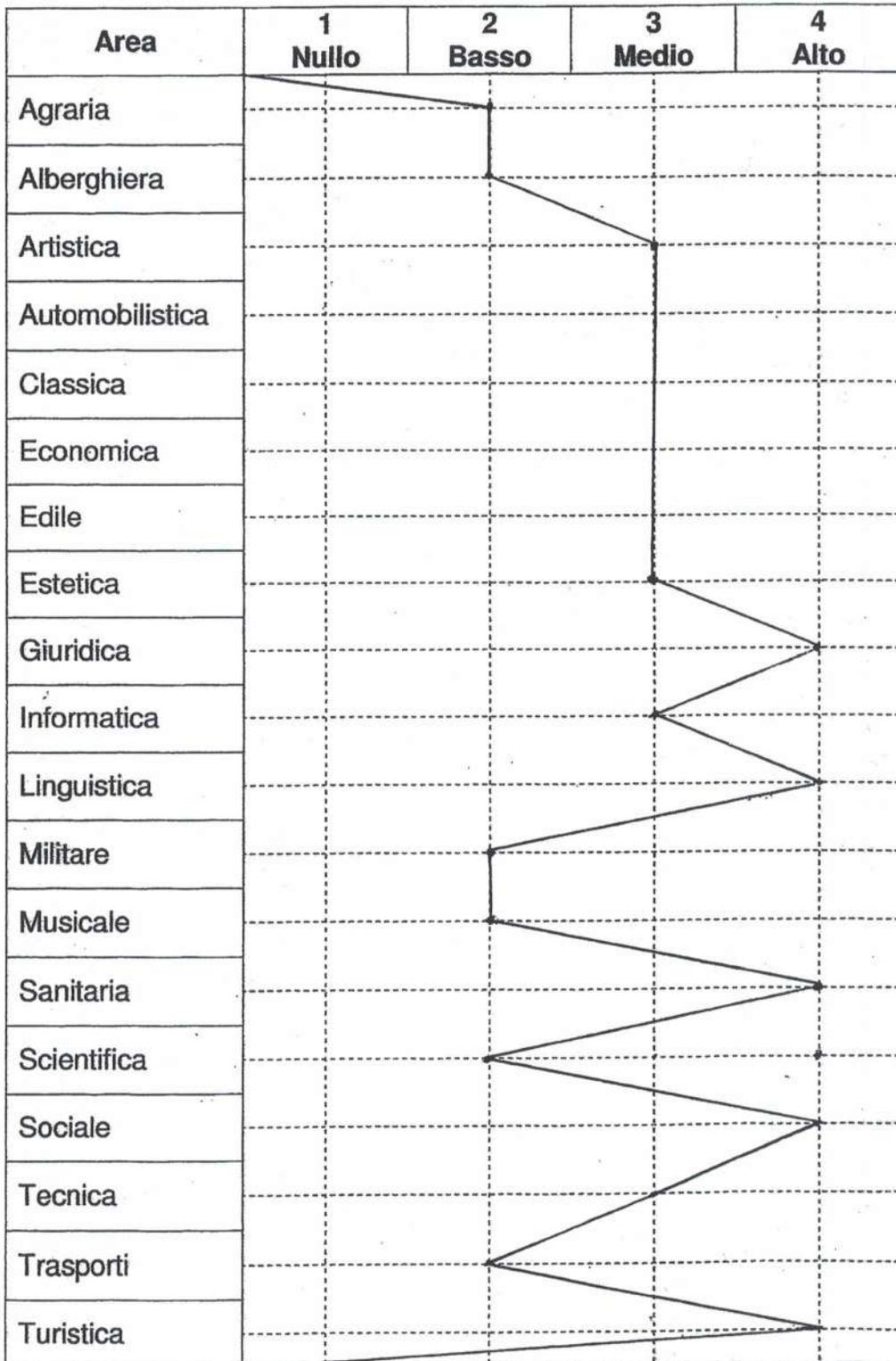
- LEGGERE (libri, fumetti, riviste, giornali)
- GIOCARE (tipo di attività, videogiochi, altro)
- MUSICA (suonare, ascoltare, ballare)
- SPORT PRATICATO livello
- SPORT SEGUITO (spettatore, tifoso, appassionato, in tv)
- STARE CON GLI AMICI (uscire, locali, attività in gruppo)
- SHOPPING
- COLLEZIONARE
- COMPUTER - CELLULARE (internet – chat – whatsapp – etc)
- VOLONTARIATO – ORATORIO . PARROCCHIA
- ATTIVITA' ARTISTICHE (dipingere – fotografare – attività manuali)
- GIARDINAGGIO
- CINEMA (genere)
- TV (programma preferito)
- CUCINARE
- VISITARE (gite, mostre, località, natura, altro)
- TEATRO (genere: spettacoli, concerti, comici, altro)

6 Comunicazione con gli altri

7 Abilità di lavoro e capacità organizzative

3IP - Inventario Iconografico degli Interessi Professionali
 Diego Boerchi, Paola Magnano - (Foglio di profilo)

Profilo di interessi professionali di



VALUTAZIONE DELL'ANSIA DA ESAME – TEST WE

Nome e cognome _____
 Età _____ M F Classe _____
 Scuola/Corso di laurea _____

► Leggi le istruzioni e rispondi.

Indica i sentimenti e i pensieri corrispondenti a ciò che provi quando ti trovi in situazione di esame, o comunque di una prova per te importante.

Per ciascuna affermazione presentata contrassegna la casella con il numero

1. se l'affermazione non corrisponde *per nulla* a ciò che provi (--)
2. se l'affermazione corrisponde *pochissimo* a ciò che provi (-)
3. se l'affermazione corrisponde *abbastanza* a ciò che provi (~)
4. se l'affermazione corrisponde *molto* a ciò che provi (+)
5. se l'affermazione corrisponde *esattamente* a ciò che provi (++)

Quando mi trovo in una situazione di esame:	--	-	~	+	++
1. Sento il cuore battere forte	1	2	3	4	5
2. Temo di non avere abbastanza preparazione	1	2	3	4	5
3. Per la tensione mi sento sconvolgere lo stomaco	1	2	3	4	5
4. Penso che avrei dovuto studiare di più	1	2	3	4	5
5. Mi sento turbato/a e a disagio	1	2	3	4	5
6. Penso che gli altri resteranno delusi dalla mia prestazione	1	2	3	4	5
7. Sono molto nervoso/a	1	2	3	4	5
8. Sento che non renderò come potrei	1	2	3	4	5
9. Mi sento preso/a dal panico	1	2	3	4	5
10. Non ho fiducia su come riuscirò nella prova	1	2	3	4	5
11. Mi sento sovraeccitato/a	1	2	3	4	5
12. Penso alle conseguenze se riuscissi male nella prova	1	2	3	4	5
13. Mi sento in estrema tensione	1	2	3	4	5
14. Mi pare che gli altri siano più preparati di me	1	2	3	4	5
15. Mi sento agitato/a per la paura	1	2	3	4	5
16. Temo che la prova possa riguardare qualche argomento che non ho studiato	1	2	3	4	5
17. Mi sento veramente in ansia	1	2	3	4	5
18. Non ho fiducia in me stesso/a	1	2	3	4	5

VALUTAZIONE DEGLI STILI DECISIONALI – TEST QSD

Nome e cognome _____

Età _____ M F Classe _____

► Leggi le istruzioni e rispondi.

In questa pagina troverai delle affermazioni relative a situazioni in cui puoi trovarti quando devi fare una scelta. Segna con una crocetta la voce che corrisponde di più a ciò che fai, cioè al tuo comportamento. Leggi con attenzione e se qualcosa non è chiaro, chiedi pure aiuto. Grazie e buon lavoro!

<i>Quando devo prendere una decisione o fare una scelta per me importante:</i>	Per nulla	Poco	In parte	Abba- stanza	Molto
1. Mi preoccupo e cerco di rimandare la scelta	1	2	3	4	5
2. Per paura di fare la cosa sbagliata rinvio la decisione finché non sento di essere in grado	1	2	3	4	5
3. Mi confondo e perdo tanto tempo senza riuscire a decidere	1	2	3	4	5
4. Ho già le idee chiare e so cosa scegliere	1	2	3	4	5
5. Ho paura di sbagliare e chiedo ai miei genitori di decidere al posto mio	1	2	3	4	5
6. Mi vengono tanti dubbi su quale sia la decisione migliore	1	2	3	4	5
7. Chiedo consigli a tutti perché penso che sappiano decidere meglio di me	1	2	3	4	5
8. Rifletto sulla situazione e scelgo la cosa migliore per me	1	2	3	4	5
9. Mi sento in agitazione perché penso che se scelgo una cosa ne perderò un'altra	1	2	3	4	5
10. Lascio che siano gli altri a decidere al posto mio	1	2	3	4	5
11. Rimando la scelta fino all'ultimo, quando è troppo tardi	1	2	3	4	5
12. Mi sembra di essere capace di prendere buone decisioni	1	2	3	4	5
13. Sto in ansia perché ho la sensazione di non essere in grado di prendere decisioni	1	2	3	4	5
14. Penso che gli adulti sappiano decidere meglio di me e mi affido a loro	1	2	3	4	5
15. Penso che non sia il momento giusto per prendere una decisione e aspetto	1	2	3	4	5

VALUTAZIONE DELL'AUTOEFFICACIA

Nome e cognome _____
 Età _____ M F Classe _____

► La tua autoefficacia.

Leggi a una a una le seguenti frasi e con una crocetta segna, nell'apposito quadrato, il numero che corrisponde a quello che pensi di te stesso. Cerca di rispondere nel modo più sincero possibile.

	Per nulla	Poco	Abbastanza	Molto	Moltissimo
1. Posso riuscire a risolvere i problemi difficili se provo in maniera decisa	1	2	3	4	5
2. Se desidero una cosa, riesco a realizzare il mio desiderio	1	2	3	4	5
3. È facile per me fissarmi sui miei obiettivi e raggiungerli	1	2	3	4	5
4. Sono sicuro di poter affrontare bene le situazioni nuove	1	2	3	4	5
5. Grazie alle mie capacità, so cavarmela nelle situazioni che mi capitano anche impreviste	1	2	3	4	5
6. Posso risolvere la maggior parte dei problemi se mi impegno	1	2	3	4	5
7. Posso rimanere calmo quando affronto situazioni difficili, perché posso contare sulle mie capacità per affrontarle	1	2	3	4	5
8. Quando devo risolvere un problema, riesco a pensare a parecchie soluzioni	1	2	3	4	5
9. Se mi trovo in difficoltà, posso sempre pensare a qualcosa da fare per superarla	1	2	3	4	5
10. Qualunque cosa mi capiti, solitamente so cosa fare per uscirne fuori bene	1	2	3	4	5

VALUTAZIONE DELL'IMMAGINE DI SÉ

Differenziale Semantico per la valutazione del sé attuale

Nome e cognome _____

Età _____ M F Classe _____

Scuola/Corso di laurea _____

► **Valuta te stesso (come realmente sei).**

Per ciascuna coppia di aggettivi opposti, scegli quale è più indicato per descrivere te stesso. Indica poi se l'aggettivo scelto ti descrive Molto, Abbastanza o Poco, mettendo un crocetta nella apposita casella. Usa la casella centrale solo quando né l'uno né l'altro dei due aggettivi ti descrivono come effettivamente sei.

		Molto	Abbastanza	Poco		Molto	Abbastanza	Poco	
1	FORTE								DEBOLE
2	INDIPENDENTE								DIPENDENTE
3	AGGRESSIVO								PACIFICO
4	PROFONDO								SUPERFICIALE
5	FREDDO								CALDO
6	RIFLESSIVO								IMPULSIVO
7	INDESIDERABILE								DESIDERABILE
8	ESPANSIVO								CHIUSO
9	PESSIMISTA								OTTIMISTA
10	CALMO								AGITATO
11	IMMATURO								MATURO
12	FRAGILE								RESISTENTE
13	DISTESO								TESO
14	INSIGNIFICANTE								IMPORTANTE
15	ATTIVO								PASSIVO
16	INSICURO								SICURO
17	GUSTOSO								DISGUSTOSO
18	INSTABILE								STABILE
19	SEMPLICE								COMPLICATO
20	TENERO								DURO
21	DIFFIDENTE								FIDUCIOSO

AUTOVALUTAZIONE DELLE COMPETENZE

Nome e cognome _____
 Età _____ M F Classe _____
 Scuola/Corso di laurea _____

► **Indica quanto ti senti capace nei seguenti aspetti.**

Per ciascuna voce, assegna un valore a quanto ti senti «capace», da 0 (per nulla capace) a 10 (massimo di capacità).

Assegna 8, 9 e 10 una sola volta.

QUANTO SONO CAPACE DI... (Indica la capacità da 0 a 10)

- | | |
|--|-------|
| 1. Organizzare il tempo | _____ |
| 2. Esplicitare cose e fatti | _____ |
| 3. Non abbandonare a metà un lavoro o un impegno preso | _____ |
| 4. Saper esprimere e confrontarsi con le idee degli altri. | _____ |
| 5. Numerare in modo corretto | _____ |
| 6. Saper lavorare in gruppo | _____ |
| 7. Essere agile e atletico | _____ |
| 8. Avere talento musicale | _____ |
| 9. Essere abile nei lavori manuali | _____ |
| 10. Essere abile nel calcolo | _____ |
| 11. Scrivere bene e con facilità | _____ |
| 12. Saper capire le opinioni degli altri | _____ |
| 13. Eseguire con rapidità un compito | _____ |