



LA CONOSCENZA DEL SÉ

QUESTIONARIO

Istruzioni

In questo questionario ti chiediamo di elencare gli attributi che tu pensi di possedere e che descrivono come **tu sei attualmente**.

Naturalmente non esistono risposte giuste o sbagliate; ciò che dovrai esprimere sarà soltanto la tua descrizione personale mediante gli attributi che ritieni essere tuoi particolari tratti di personalità.

Non avere timori nell'attribuire a te stesso anche tratti che comunemente vengono considerati "non desiderabili", ma cerca di dare di te stesso la descrizione più obiettiva possibile; tieni presente che i questionari sono assolutamente anonimi.

Sei pregato di inserire un attributo per riga e di utilizzare tutte le righe a disposizione.

Ti chiediamo ora di elencare gli attributi che tu vorresti possedere e che descrivono come **tu idealmente vorresti essere**.

Sei pregato di inserire un attributo per riga e di utilizzare tutte le righe a disposizione.

Infine, ti chiediamo di elencare gli attributi che tu pensi che dovresti possedere e che descrivono come **tu dovresti essere**, sulla base delle aspettative dei tuoi genitori e insegnanti.

Sei pregato di inserire un attributo per riga e di utilizzare tutte le righe a disposizione.

ESERCIZIO

Istruzioni

Qui di seguito troverai un certo numero di aggettivi riguardanti caratteristiche personali e tratti. Leggi ogni aggettivo e segna nello spazio accanto ad esso la risposta che ritieni più appropriata. Naturalmente non esistono risposte giuste o sbagliate; ciò che dovrai esprimere sarà soltanto la tua opinione personale rispetto a quello che ritieni essere o non essere un tuo particolare tratto di personalità. Non avere timori nell'attribuirti anche tratti che comunemente vengono considerati "non desiderabili", ma cerca di dare di te stesso la descrizione più obiettiva possibile; tieni presente che i questionari sono assolutamente anonimi.

Indica quindi in quale misura ti senti descritto da ciascun aggettivo per come **tu sei attualmente**. Usa i valori indicati nella scala sottostante per esprimere le tue risposte.

1 = Non mi descrive per nulla

2 = Mi descrive poco

3 = Mi descrive abbastanza

4 = Mi descrive molto

5 = Mi descrive completamente

- | | | | |
|--------------------------------|--|------------------------|--|
| 1. amante dell'avventura | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 23. intelligente | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 2. apatico | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 24. introverso | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 3. attraente | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 25. irritabile | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 4. confuso | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 26. lucido | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 5. cordiale | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 27. nervoso | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 6. debole | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 28. ottimista | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 7. determinato | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 29. pessimista | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 8. disponibile | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 30. prepotente | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 9. distratto | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 31. ribelle | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 10. duro | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 32. scontroso | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 11. efficiente | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 33. sensibile | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 12. emotivo | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 34. sicuro | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 13. energico | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 35. socievole | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 14. fiducioso | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 36. sognatore | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 15. forte | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 37. solitario | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 16. freddo | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 38. spensierato | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 17. goffo | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 39. spontaneo | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 18. immaturo | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 40. taciturno | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 19. impulsivo | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 41. teso | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 20. indipendente | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 42. timido | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 21. infelice | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | 43. timoroso | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 |
| 22. insicuro | <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 | | |

Indica ora in quale misura **tu vorresti idealmente possedere** ciascuno degli aggettivi che seguono. Usa i valori indicati nella scala sottostante per esprimere le tue risposte.

	1 per nulla	2 poco	3 abbastanza	4 molto	5 moltissimo						
1. amante dell'avventura	1	2	3	4	5	23. intelligente	1	2	3	4	5
2. apatico	1	2	3	4	5	24. introverso	1	2	3	4	5
3. attraente	1	2	3	4	5	25. irritabile	1	2	3	4	5
4. confuso	1	2	3	4	5	26. lucido	1	2	3	4	5
5. cordiale	1	2	3	4	5	27. nervoso	1	2	3	4	5
6. debole	1	2	3	4	5	28. ottimista	1	2	3	4	5
7. determinato	1	2	3	4	5	29. pessimista	1	2	3	4	5
8. disponibile	1	2	3	4	5	30. prepotente	1	2	3	4	5
9. distratto	1	2	3	4	5	31. ribelle	1	2	3	4	5
10. duro	1	2	3	4	5	32. scontroso	1	2	3	4	5
11. efficiente	1	2	3	4	5	33. sensibile	1	2	3	4	5
12. emotivo	1	2	3	4	5	34. sicuro	1	2	3	4	5
13. energico	1	2	3	4	5	35. socievole	1	2	3	4	5
14. fiducioso	1	2	3	4	5	36. sognatore	1	2	3	4	5
15. forte	1	2	3	4	5	37. solitario	1	2	3	4	5
16. freddo	1	2	3	4	5	38. spensierato	1	2	3	4	5
17. goffo	1	2	3	4	5	39. spontaneo	1	2	3	4	5
18. immaturo	1	2	3	4	5	40. taciturno	1	2	3	4	5
19. impulsivo	1	2	3	4	5	41. teso	1	2	3	4	5
20. indipendente	1	2	3	4	5	42. timido	1	2	3	4	5
21. infelice	1	2	3	4	5	43. timoroso	1	2	3	4	5
22. insicuro	1	2	3	4	5						

Indica infine in quale misura tu pensi che **dovresti possedere** ciascuno degli aggettivi che seguono per corrispondere alle aspettative dei tuoi genitori e insegnanti.

Usa i valori indicati nella scala sottostante per esprimere le tue risposte.

	1 per nulla	2 poco	3 abbastanza	4 molto	5 moltissimo						
1. amante dell'avventura	1	2	3	4	5	23. intelligente	1	2	3	4	5
2. apatico	1	2	3	4	5	24. introverso	1	2	3	4	5
3. attraente	1	2	3	4	5	25. irritabile	1	2	3	4	5
4. confuso	1	2	3	4	5	26. lucido	1	2	3	4	5
5. cordiale	1	2	3	4	5	27. nervoso	1	2	3	4	5
6. debole	1	2	3	4	5	28. ottimista	1	2	3	4	5
7. determinato	1	2	3	4	5	29. pessimista	1	2	3	4	5
8. disponibile	1	2	3	4	5	30. prepotente	1	2	3	4	5
9. distratto	1	2	3	4	5	31. ribelle	1	2	3	4	5
10. duro	1	2	3	4	5	32. scontroso	1	2	3	4	5
11. efficiente	1	2	3	4	5	33. sensibile	1	2	3	4	5
12. emotivo	1	2	3	4	5	34. sicuro	1	2	3	4	5
13. energico	1	2	3	4	5	35. socievole	1	2	3	4	5
14. fiducioso	1	2	3	4	5	36. sognatore	1	2	3	4	5
15. forte	1	2	3	4	5	37. solitario	1	2	3	4	5
16. freddo	1	2	3	4	5	38. spensierato	1	2	3	4	5
17. goffo	1	2	3	4	5	39. spontaneo	1	2	3	4	5
18. immaturo	1	2	3	4	5	40. taciturno	1	2	3	4	5
19. impulsivo	1	2	3	4	5	41. teso	1	2	3	4	5
20. indipendente	1	2	3	4	5	42. timido	1	2	3	4	5
21. infelice	1	2	3	4	5	43. timoroso	1	2	3	4	5
22. insicuro	1	2	3	4	5						