

## QUIZOMETRO N. 4

Prova a misurare il tuo comportamento nella vita sociale compilando il test qui riportato e cercando di essere il più obiettivo possibile o facendoti aiutare da chi ti conosce bene o facendolo compilare direttamente da questa o da più persone. Poi valorizza il quiz con il punteggio indicato in calce e confronta il risultato sommatoria con i giudizi elencati in: "classificazione".

Segnati alcuni punti deboli dei 25 items e lavora su di essi nei prossimi due mesi. Espodi i valori ottenuti nelle 5 capacità personali.

COD.	CARATTERISTICA	Mai	Poco	Spesso	Sempre
1	Interagisco con gli altri, faccio gruppo, sto bene in compagnia				
2	Parlo con gli altri, ascolto, esprimo le mie convinzioni ed idee				
3	Faccio le cose con entusiasmo, con convinzione e con grinta				
4	Mi piace comandare, dare ordini e suggerimenti				
5	Sono disposto a gestire le situazioni conflittuali				
6	Sono attento a gestire il mio tempo e a lavorare per priorità				
7	Mi piace studiare ed analizzare problemi difficili da risolvere				
8	So lavorare duro anche se ciò provoca fatica e stress				
9	Sono disposto a cambiare le mie abitudini				
10	Decido sempre e comunque dopo una attenta analisi delle situazioni				
11	Attivo in tempi brevi e rapidamente ciò che ho deciso				

12	Di fronte ad attese importanti non mi lascio prendere dall'ansia	Mai	Poco	Spesso	Sempre
13	Ho pianificato la mia vita futura				
14	Cerco nel rapporto con gli altri di comportarmi con autorevolezza				
15	Cerco di essere un esempio da imitare nella vita sociale				
16	Uso il ragionamento per convincere gli altri				
17	Sono curioso per approfondire le mie conoscenze				
18	Sono generoso e cerco di aiutare gli altri				
19	Cerco di essere cortese nel rapporto con gli altri				
20	Ho fiducia nelle mie possibilità di vincere le sfide della vita				
21	Quando inizio una attività cerco di portarla a termine				
22	Ogni giorno mi organizzo le cose da fare				
23	Sono riservato quando è necessario per non fare guai				
24	Se lavoro in un gruppo o in una squadra cerco di assumermi la responsabilità				
25	Ho pazienza quando lavoro con altri				
TOTALE					

CLASSIFICAZIONE	CAPACITÀ PERSONALI (CP)		GIUDIZIO PARZIALE SULLE CAPACITÀ PERSONALI
Punti 40 o meno = Comportamento sociale: negativo	CP1) Capacità diagnostico- decisionali CODICE = 2 - 7 - 10 - 16 - 17 PUNTI = ..... su 20	- 22 PUNTI = ..... su 20	Punti 5 o meno = molto carenti
Punti 41 - 60 = Comportamento sociale: debole	CP2) Capacità di relazione sociale CODICE = 1 - 14 - 18 - 19 - 25 PUNTI = ..... su 20	CP4) Capacità di impegno personale CODICE = 3 - 4 - 8 - 15 - 24 PUNTI = ..... su 20	Punti 6 - 10 = carenti
Punti 61 - 80 = Comportamento sociale: positivo	CP3) Capacità di gestione del tempo CODICE = 6 - 11 - 13 - 21	CP5) Capacità di autocontrollo CODICE = 5 - 9 - 12 - 20 - 23 PUNTI = ..... su 20	Punti 11 - 15 = sviluppate
Punti 81 - 100 = Comportamento sociale: molto positivo			Punti 16 - 20 = molto sviluppate