



**ISTITUTO COMPRENSIVO DI SCUOLA PRIMARIA E SECONDARIA
DI PRIMIERO**

Via delle Fonti 10, 38054, località Transacqua, Primiero San Martino di Castrozza, (TN) Tel. 0439 62435 Fax 0439 762466
C.F. 90009790222 e-mail: segr.icprimiero@scuole.provincia.tn.it



Chirone insegna musica ad Achille

PROVA DI AUTOVALUTAZIONE STRUTTURATA DI:	INTELLIGENZA EMOTIVA E METODO DI STUDIO
ARGOMENTI:	<p><i>CONOSCI TE STESSO!</i> (<i>γνὼθι σεαυτὸν</i>) INTELLIGENZA EMOTIVA – ATTENZIONE CONTROLLO TEMPORALE E SPAZIALE AUTOCONTROLLO SENSO MOTORIO FOCALIZZAZIONE APPUNTI – LUOGO DI STUDIO MUSICHE – GIOCHI – VIDEO/FILMS - TELEFONO</p>
TIPO DI ITEM:	<i>Diversi: multiple choices; scale di priorità; opzione fedele alla propria realtà</i>
FONTI:	<i>Aristotele; Kant I.; C.G. Jung; Edelman G.M.; Lakoff G.; Bruner J.S.; Kagan S.; Novak J.; Goleman G.; Csikszentmihályi; E. Kandel et alii; M. S. Gazzaniga; E. Kandel</i>
CLASSI:	II ^a e III ^a A - I.T.T. - C.A.T. (<i>già GEOMETRI</i>)
TEMPO E VOTO:	<i>Prima fase: autovalutazione, in forma autonoma ed anonima</i>
A. SCOLASTICO:	2016 - 2017
INSEGNANTE:	B. Gretter
DATA:	Castagné, lunedì 20 marzo 2017

ISTRUZIONI	<i>Come affrontare la prova di autovalutazione ...</i>
<p>Lo studente potrebbe affrontare la prova di autovalutazione autonomamente, cercando di essere il più possibile <u>sincero con sé stesso</u>, ritornando più volte sulle risposte date per rilevare se le <u>scale di priorità</u> e le <u>opzioni scelte</u> corrispondano fedelmente alla situazione reale, concreta, percepita.</p> <p>E' preferibile affrontare l'autovalutazione insieme ad una persona (un insegnante, una persona vicina, un genitore ...) che aiuti studente a <u>comprendere il senso di talune descrizioni complesse</u> ed a individuare la <u>scala di priorità da lui sentita</u> ed a discernere la <u>opzione più fedele alla realtà individuale</u>.</p>	

Tutte le Classi (I.T.T.-C.A.T. già *I.T. Geometri*)

Trento,

II° Quadr. - ... - ... – **Intelligenza Emotiva – Metodo di Studio - Tempo:** ... -**Nome:****Classe:**

D.G. 1	<i>Intelligenza emotiva: attenzione nella gestione del tempo ...</i>	
Lo studente può avere diversi gradi di attenzione nella gestione del tempo ...: <i>metti dei numeretti nei quadratini, da 1 (studente con scarsa attenzione nella gestione del tempo) a 4 (studente con buona attenzione nella gestione del tempo). Colora il quadratino corrispondente alla descrizione che più ti si addice od alla quale ti senti vicino!</i>		
a	<input type="checkbox"/>	... non ha un calendario settimanale né per gl'impegni scolastici né per quelli extrascolastici; non ha un orario giornaliero; non ha mai preso in considerazione il problema; vive alla giornata ; studia in vista delle prove.
b	<input type="checkbox"/>	... ha un calendario settimanale, non scritto ma che tiene a mente , degli impegni scolastici ed extrascolastici, ha un orario giornaliero in mente che prevede un certo tempo variabile da dedicare allo studio individuale.
c	<input type="checkbox"/>	... continua a programmare mentalmente dei calendari per gl'impegni scolastici ed extrascolastici e degli orari di studio ma non riesce a tenervi fede ed a rispettarli per distrazioni di diversa natura e perché sfugge più o meno consapevolmente agli impegni (autoindulgenza: non ho potuto studiare perché dovevo fare altro!!).
d	<input type="checkbox"/>	... ha un calendario settimanale scritto degli impegni scolastici ed extrascolastici con calendarizzate le ore per lo studio individuale; ha un orario giornaliero che prevede dalle due alle tre ore di studio individuale.

D.G. 2	<i>Intelligenza emotiva: attenzione nella gestione logistica spaziale ...</i>	
Lo studente può avere diversi gradi di attenzione nella gestione logistica spaziale ...: <i>metti dei numeretti nei quadratini, da 1 (studente con scarsa attenzione nella gestione logistica) a 4 (studente con buona attenzione nella gestione logistica). Colora il quadratino corrispondente alla descrizione che più ti si addice od alla quale ti senti vicino!</i>		
a	<input type="checkbox"/>	... ha le cose in disordine , spesso non trova le sue cose, sia quelle di casa che di scuola, ma è conscio di questo fatto e saprebbe riporre in perfetto ordine le sue cose, specie gli strumenti di lavoro scolastico (zainetto, libri, quaderni, penne ...), in un angolino da eleggere a studio, dotato di tavolino, lampada, vetrinetta.
b	<input type="checkbox"/>	... sa dove ha le sue cose di casa (telefonino, bicicletta, scarpe ...), ma non sa l'esatto luogo e l'ordine dei suoi strumenti di lavoro di studente (libri, quaderni, penne ...) perché non lo reputa necessario.
c	<input type="checkbox"/>	... sa sempre dove ha tutte le sue cose , siano esse gli strumenti di lavoro da studente o altre cose; sa cosa ha nella cartella (zainetto), nell'astuccio, sul suo tavolino nello studio di casa, nella vetrinetta (scaffali) dei libri e dei quaderni, nella stanza, nel garage, nel sottoscala; trova sempre tutte le sue cose; può prestare le sue cose.
d	<input type="checkbox"/>	... non ha la minima idea di cosa sia una organizzazione logistica , non sa dove abbia le sue cose, siano esse scolastiche o meno, non sa cosa si porti nella cartella (zainetto), nell'astuccio, non sa cosa abbia sul suo tavolino o nella sua vetrinetta, non trova mai niente, dimentica le sue cose, le perde o se le fa rubare, e non si preoccupa neppure più di tanto per questi fatti.

B.G. 1	<i>I miei dieci giochi preferiti (i miei videogames top ten!)</i> ...				
Se giochi con PC, playstation, smartphone o analoghi, individua fra quelli che seguono <u>"i miei dieci giochi preferiti"</u> , attribuendo dei punteggi di gradimento nei quadratini: da 1 (minimo gradimento) fino a 10 (massimo gradimento). Puoi anche aggiungere dei nomi di videogames nei pochi spazi liberi.					
<input type="checkbox"/>	minecraft	<input type="checkbox"/>	candy crush	<input type="checkbox"/>	resident evil
<input type="checkbox"/>	call of duty	<input type="checkbox"/>	assassin creed	<input type="checkbox"/>	warcraft
<input type="checkbox"/>	fifa	<input type="checkbox"/>	forza motor sport	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	pro evolution soccer (P.E.S.)	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	grand thief auto (G.T.A.)

D.G. 3	<i>Intelligenza emotiva: attenzione nello studio individuale ...</i>	
Lo studente può avere diversi gradi di attenzione nello studio individuale ...: <i>metti dei numeretti nei quadratini, da 1 (studente con scarsa attenzione per lo studio individuale) a 4 (studente con buona attenzione per lo studio individuale). Colora il quadratino corrispondente alla descrizione che più ti si addice od alla quale ti senti vicino!</i>		
a	<input type="checkbox"/>	... nessuno lo invita o lo obbliga a studiare e neppure si mette a studiare di sua spontanea volontà, se si siede con l'idea di studiare, all'ultimo momento, in vista di una prova, non trova gli strumenti di lavoro, né gli appunti, né i libri; cerca di allontanare da sé il dovere di studente, creandosi alibi (devo ... altre cose ...) od essendo indulgente con sé stesso (non posso studiare perché ... altre cose).
b	<input type="checkbox"/>	... s'accomoda spontaneamente al tavolino del suo studio, dove ha pronto tutto l'occorrente: strumenti di lavoro, lampada idonea, libri e quaderni delle dieci materie allineati negli scaffali di una vetrinetta, può subito studiare autonomamente. Alla fine è soddisfatto del suo studio giornaliero e dorme tranquillo.
c	<input type="checkbox"/>	... dev'essere sempre invitato a studiare da altri, ma poi s'accomoda al tavolino del suo studio, dove ha pronto tutto l'occorrente: strumenti di lavoro, lampada idonea, libri e quaderni delle dieci materie allineati negli scaffali di una vetrinetta, può subito studiare; qualcun altro gli deve impedire di distrarsi.
d	<input type="checkbox"/>	... s'accomoda al tavolino del suo studio, dove ha pronto tutto l'occorrente: strumenti di lavoro, lampada idonea, libri e quaderni delle dieci materie allineati negli scaffali di una vetrinetta; ma viene impedito da distrazioni (musica, giochi a video, telefonate ...) o da pensieri assillanti e torturanti (timori, paure, preoccupazioni, ansie ...).

B.G. 2	<i>Il ruolo dello studio individuale fra le occupazioni di uno studente ...</i>	
Le ore settimanali a disposizione dello studente medio, tolte alcune occupazioni stocasticamente individuabili e prevedibili in via normale, sono 48 ore ca. a settimana , pari a 7 ore ca. al giorno . Compila la tabella, distribuendo i <u>tuoi tempi reali</u> fra le tue varie occupazioni; metti i numeretti della tua personale scala di priorità e considera il posto occupato dallo studio individuale .		
ORDINE DI PRIORITA'	OCCUPAZIONI (L'ordine riportato è indicativo ...)	TEMPO SETTIMANALE DEDICATO
1°	riposo (si considera normale, salutare, un riposo di almeno 7 ore al giorno)	50-55 ore ca.
2°	scuola alla mattina ed al pomeriggio (compr. di recuperi, sportelli ...)	35-40 ore ca.
3°	logistica, trasporti, pasti, toeletta, cure mediche, tempi morti, altro (variabilissimo)	25-35 ore ca.
	conversazioni o dialoghi con familiari, parenti, amici del cuore e non, compagni, altri	
	<i>sports</i> (agonistici e non), allenamenti, comune svago, passeggiate, uscite, feste ...	
	studio individuale (tempo passato a tavolino , con libri, quaderni , strumenti ...)	
	scuole di musica, danza, <i>box</i> , arti marziali; altre scuole specifiche	
	<i>bricolage</i> ; piccoli lavori; aiuto a familiari ed amici; pulizie domestiche e simili	
	ascolto di musica individuale e collettiva	
	giochi con <i>PC, playstation</i> ed analoghi, visione di <i>video, films</i> , analoghi del <i>web</i>	
	<i>Chat, skype</i> ed occupazioni analoghe; telefonate; <i>messaging</i>	
	letture diverse da quelle scolastiche (libri, romanzi, saggi, riviste, fumetti, giornali ...)	
	televisione propriamente detta (canali televisivi convenzionali); radio	
		Tot = 168 ore

B.G. 3	<i>I miei dieci video preferiti (i miei top ten!)...</i>								
Se pratici <i>chat, mail, messaging</i> , se frequenti piattaforme, motori di ricerca (<i>you tube, google ...</i>), <i>social network</i> (<i>facebook, twitter ...</i>), applicativi di messaggistica mobile (<i>skype, whatsapp ...</i>), individua fra quelli che seguono " <u><i>i miei dieci video o films preferiti o categoria</i></u> ", attribuendo dei punteggi di gradimento nei quadratini: da 1 (minimo gradimento) fino a 10 (massimo gradimento). Puoi anche aggiungere dei nomi nei pochi spazi liberi.									
<input type="checkbox"/>	wlong	<input type="checkbox"/>	fantascienza	<input type="checkbox"/>	cat. videogames	<input type="checkbox"/>	cat. natura	<input type="checkbox"/>	cat. zombie
<input type="checkbox"/>	gaming	<input type="checkbox"/>	viaggi	<input type="checkbox"/>	cat. sport ...	<input type="checkbox"/>	cat. sport ...	<input type="checkbox"/>	cat. sport ...
<input type="checkbox"/>	sport estremi	<input type="checkbox"/>	cat. guerra	<input type="checkbox"/>	cat. moda	<input type="checkbox"/>	cat. ...	<input type="checkbox"/>	cat. ...
<input type="checkbox"/>	moto	<input type="checkbox"/>	cat. ...	<input type="checkbox"/>	cat. ...	<input type="checkbox"/>	cat. ...	<input type="checkbox"/>	cat. ...

D.G. 4		<i>Intelligenza emotiva: attenzione come autocontrollo senso-motorio in aula ...</i>
Lo studente può avere diversi gradi di autocontrollo senso-motorio in aula ...: <i>metti dei numeretti nei quadratini, da 1 (studente con scarso autocontrollo senso-motorio) a 9 (studente con buon autocontrollo senso-motorio). Colora il quadratino corrispondente alla descrizione che più ti si addice od alla quale ti senti vicino!</i>		
a	<input type="checkbox"/>	... sta isolato , scrive messaggini <i>SMS</i> , si stiracchia, sbadiglia, allunga ogni tanto le braccia e le gambe in avanti e di lato.
b	<input type="checkbox"/>	... sta immobile come un fakiro indiano, come un monaco stilita, come una statua, nessuno potrebbe accorgersi di lui.
c	<input type="checkbox"/>	... provoca i compagni con gesti, parole, <i>SMS</i> , toccatine, spintoni, sgambetti, sollevamenti, motteggi, sarcasmi, si alza e gironzola per l'aula alla ricerca di complici di giochi, corre e salta tra i banchi.
d	<input type="checkbox"/>	... indossa la giacca, sta di traverso od in pose da contorsionista , mangia le unghie e le penne, mette le dita dentro diversi orifici morfoanatomici, gioca con gli strumenti di lavoro didattico.
e	<input type="checkbox"/>	... sogna ad occhi aperti , ha un pensiero fisso , sta in uno stato di dormiveglia, dorme propriamente.
f	<input type="checkbox"/>	... tagliuzza gomme da cancellare per farne dei proiettili, modella pezzi di carta a guisa di frecce da cerbottana, cerca gessetti ed altri proiettili ... e poi "bombarda" compagni ed insegnanti.
g	<input type="checkbox"/>	... è violento, spara o accoltella compagni ed insegnanti, demolisce strutture, mobili e suppellettili.
h	<input type="checkbox"/>	... sta relativamente fermo e relativamente silenzioso al suo posto, con le gambe raccolte, con le braccia conserte, con gli strumenti di lavoro fra le mani e pronti all'uso.
i	<input type="checkbox"/>	... prende a calci ed a pugni i compagni, morde i compagni, sputa addosso a compagni ed insegnanti, aggredisce verbalmente (turpiloquio, bestemmie, offese, spaventi ... !?!) e fisicamente compagni ed insegnanti.

D.G. 5		<i>Intelligenza emotiva: attenzione come applicazione e diligenza in aula ...</i>
Lo studente può avere diversi gradi di applicazione e diligenza, efficacia ed efficienza in aula ...: <i>metti dei numeretti nei quadratini, da 1 (studente con scarsa applicazione e diligenza) a 4 (studente con buon livello di applicazione e diligenza). Colora il quadratino corrispondente alla descrizione che più ti si addice od alla quale ti senti vicino!</i>		
a	<input type="checkbox"/>	... prende appunti su fogli volanti , trovati occasionalmente, chiesti ai compagni, ammassati alla bell'e meglio, riposti dentro i libri o dentro altri quaderni di altre materie, accatata fotocopie e fogli alla rinfusa, non si capacita mai di quel che ha nello zainetto, spesso cerca affannosamente l'appunto giusto alla occorrenza, saltando di qua e di là nel suo guazzabuglio.
b	<input type="checkbox"/>	... ritiene che gli appunti siano una perdita di tempo , che non siano necessari per l'apprendimento, pensa che stando attento alle lavagne ed al libro i concetti vengano comunque afferrati, compresi e memorizzati.
c	<input type="checkbox"/>	... prende appunti una prima ed unica volta in un quaderno come conviene (anche ad anelli, materia per materia ...), rispettando la consequenzialità, riportando appunti propri, inserendo fotocopie, appunti di altri (... in caso di assenze), rimandi, esercizi, così da avere un "unico filo" nella costruzione della propria conoscenza.
d	<input type="checkbox"/>	... prende appunti approssimativamente che poi si ripropone di ri-copiare in bella , in un secondo momento, magari anche in un quaderno come conviene (anche ad anelli, materia per materia ...).

B.G. 4		<i>I miei dieci interessi cullati ...</i>							
Se avessi tempo e risorse, individua fra quelli che seguono "i miei dieci interessi cullati" , attribuendo dei punteggi di gradimento nei quadratini: da 1 (minimo gradimento) fino a 10 (massimo gradimento). Puoi anche aggiungere dei nomi nei pochi spazi liberi.									
<input type="checkbox"/>	amici gruppi ...	<input type="checkbox"/>	cantare ...	<input type="checkbox"/>	lavorare il legno	<input type="checkbox"/>	viaggiare in ...	<input type="checkbox"/>	dipingere
<input type="checkbox"/>	compagnie ...	<input type="checkbox"/>	cantare ...	<input type="checkbox"/>	lavorare tessuti	<input type="checkbox"/>	viaggiare in ...	<input type="checkbox"/>	scrivere
<input type="checkbox"/>	suonare ...	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	lavorare il ferro	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	parlare con ...
<input type="checkbox"/>	ballare ...	<input type="checkbox"/>	fare lo sport ...	<input type="checkbox"/>	lavorare ...	<input type="checkbox"/>	cucinare ...	<input type="checkbox"/>	pregare ...
<input type="checkbox"/>	ballare ...	<input type="checkbox"/>	fare lo sport ...	<input type="checkbox"/>	andare in moto	<input type="checkbox"/>	cucinare ...	<input type="checkbox"/>	
				<input type="checkbox"/>	andare in bici	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	

D.G. 6	<i>Intelligenza emotiva: attenzione come capacità di focalizzazione in aula ...</i>	
Lo studente può avere diversi gradi di capacità di focalizzazione in aula ...: <i>metti dei numeretti nei quadratini, da 1 (studente con scarsa capacità di focalizzazione) a 7 (studente con buona capacità di focalizzazione). Colora il quadratino corrispondente alla descrizione che più ti si addice od alla quale ti senti vicino!</i>		
a	<input type="checkbox"/>	... è sempre troppo eccitato per qualche cosa; è ben motivato, attivo ; è emotivo, puntiglioso, è “caldo”, ha il fuoco addosso; in pochi minuti, sette, si concentra, riesce a riflettere bene.
b	<input type="checkbox"/>	... è rilassatissimo , per niente preoccupato; si abbandona in pose “da poltrona”, s’accontenta di registrare ogni tanto qualche concetto, così da mantenersi aggiornato quel tanto che basta per non rimanere indietro, ha tempo per provocare e distrarre i compagni con parole, motteggi, segni.
c	<input type="checkbox"/>	... è preoccupatissimo per qualche cosa; angosciato ; a volte è ansioso ; timoroso, pauroso, a volte in preda a panico, stressato , teme di non farcela, di avere davanti troppi ostacoli, trema un pochino, suda freddo, fa tanta fatica a concentrarsi.
d	<input type="checkbox"/>	... è posato e riposato, è beato e tranquillo ; è razionale, è “freddo”, in pochi minuti, cinque, si concentra sulla lezione, con estrema facilità , con piacere, raggiunge uno “ stato di grazia ” favorevole all’ascolto ed alla registrazione degli appunti, gli passa il tempo che non se n’accorge.
e	<input type="checkbox"/>	... si annoia terribilmente a scuola; a volte è apatico ; indifferente, sbuffa, guarda spesso l’orologio, non gli passa mai il tempo, nessuna materia lo attira, nessun concetto lo appassiona, vorrebbe essere altrove, dimentica gli strumenti di lavoro, gironzola, gioca, chiacchiera, provoca.
f	<input type="checkbox"/>	... è controllato e tranquillo ; è meticoloso, in un tempo relativamente breve, circa dieci minuti, riesce a concentrare la sua attenzione sulle lavagne, sul quaderno, sul libro, riuscendo a registrare concetti, parole legame, equazioni.
g	<input type="checkbox"/>	... è controllatissimo , concentrato ma un po’ affannato ; è tutto teso a seguire le lezioni al meglio, si stanca molto, fa fatica , gli trema la mano, cerca di stare davanti, lo disturbano molto i compagni disattenti.

D.G. 7	<i>Intelligenza emotiva: attenzione come interazione di gruppo ...</i>	
Lo studente può avere diversi gradi di capacità di interagire con il gruppo in aula ...: <i>Colora il quadratino corrispondente alla descrizione che più ti si addice od alla quale ti senti vicino!</i>		
a	<input type="checkbox"/>	... lo studente tende a chiudersi in sé, a mantenersi nel proprio stato senso-motorio ed emotivo, evitando di contagiare gli altri.
b	<input type="checkbox"/>	... lo studente tende a comunicare agli altri il proprio stato senso-motorio ed emotivo, contagiando gli altri del gruppo, trascinandoli con sé, irradiando ad altri il proprio stato.

B.G. 5	<i>Le mie dieci musiche preferite (le mie top ten!)...</i>	
Se ascolti musica, individua fra quelle che seguono “ <i>le mie dieci musiche preferite</i> ”, attribuendo dei punteggi di gradimento nei quadratini: da 1 (minimo gradimento) fino a 10 (massimo gradimento). Puoi anche aggiungere dei nomi nei pochi spazi liberi.		

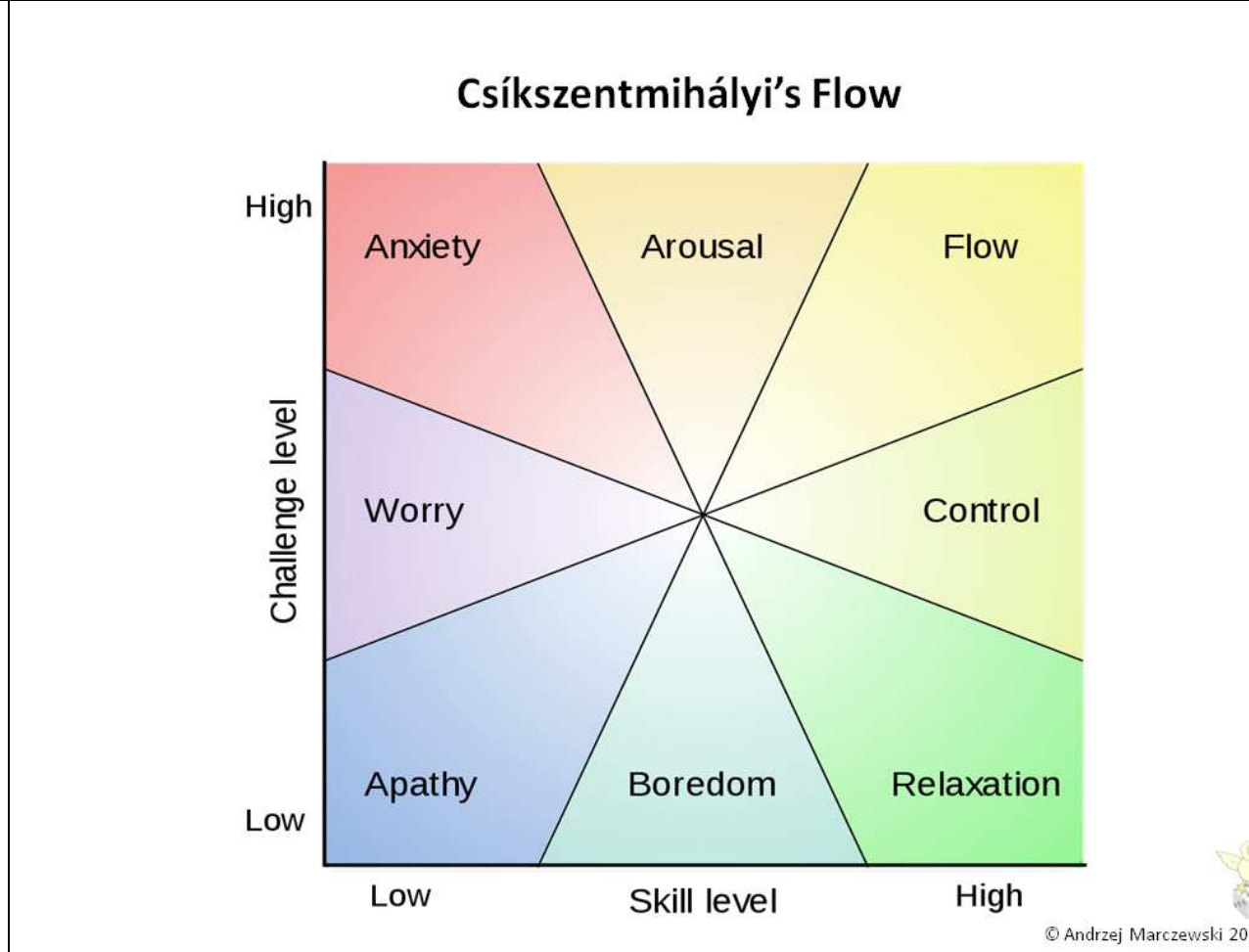
<input type="checkbox"/>	eminem	<input type="checkbox"/>	david guetta	<input type="checkbox"/>	deorro	<input type="checkbox"/>	deep purple	<input type="checkbox"/>	bach
<input type="checkbox"/>	linking park	<input type="checkbox"/>	wiz khalifa	<input type="checkbox"/>	ed sheeran	<input type="checkbox"/>	dire straits	<input type="checkbox"/>	mozart
<input type="checkbox"/>	dvbbss	<input type="checkbox"/>	sia	<input type="checkbox"/>	tomorrowland	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	beethoven
<input type="checkbox"/>	lil wayne	<input type="checkbox"/>	rihanna	<input type="checkbox"/>	kolor	<input type="checkbox"/>	u due	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	bruno mars	<input type="checkbox"/>	katy perry	<input type="checkbox"/>	one direction	<input type="checkbox"/>	guns n’ roses	<input type="checkbox"/>	verdi
<input type="checkbox"/>	afrojack	<input type="checkbox"/>	adele	<input type="checkbox"/>	justin bieber	<input type="checkbox"/>	nomadi	<input type="checkbox"/>	wagner
<input type="checkbox"/>	skrillex	<input type="checkbox"/>	maroon 5	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	stadio	<input type="checkbox"/>	chopin
<input type="checkbox"/>	martin garrix	<input type="checkbox"/>	hardwell	<input type="checkbox"/>	rolling stones	<input type="checkbox"/>	pooh	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	tiesto	<input type="checkbox"/>	avicii	<input type="checkbox"/>	beatles	<input type="checkbox"/>	etnica sarda	<input type="checkbox"/>	mahaler
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	led zeppelin	<input type="checkbox"/>	etnica armena	<input type="checkbox"/>	ravel
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	pink floyd	<input type="checkbox"/>	etnica balcanica	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	

D.G. 8	<i>Intelligenza emotiva: attenzione come capacità di focalizzazione in aula ...</i>	
Quando sei chiamato ad applicare in progressione crescente le tue CAPACITA' (ABILITA' ... conoscenza, astuzia ...) alle SFIDE IMPEGNATIVE ed a volte anche STRESSANTI che un insegnante ti pone davanti (prove, esercizi, colloqui ...), per lo più pensi ... o ti senti ...: <i>puoi contassegnare più caselle con dei numeri: da 1 (poco) a 8 (molto)</i>		
a	<input type="checkbox"/>	... non me ne frega niente ... (sei apatico, indifferente, non senti niente non te ne frega ...)
b	<input type="checkbox"/>	... che agitazione, che batticuore ... (sei preoccupato, abbattuto)
c	<input type="checkbox"/>	... che paura, che spavento, che terrore ... (sei ansioso, sconfitto, sopraffatto, "giù")
d	<input type="checkbox"/>	... ma quando finirà 'sta ora ... (sei annoiato)
e	<input type="checkbox"/>	... non vedo l'ora di dimostrare ... (sei eccitato, sei "su")
f	<input type="checkbox"/>	... ancora 'ste prove, uffa, cosa sarà mai, tutto qui? ... (sei rilassato)
g	<input type="checkbox"/>	... vediamo un po' se ce la faccio anche 'sta volta ... (sei controllato)
h	<input type="checkbox"/>	... ma che piacere poter risolvere ... (sei in stato di "grazia", compiaciuto)

B.G. 6	<i>Intelligenza emotiva: il mio rapporto con le informazioni e le comunicazioni digitali ...</i>	
Lo studente può avere diversi gradi di consapevolezza ed assumere diversi ruoli nell'uso delle informazioni e delle comunicazioni digitali ...: <i>numera i quadratini, da 1 (scarsa consapevolezza, ruolo passivo) a 5 (buona consapevolezza, ruolo attivo). Colora il quadratino corri. alla descr. che più ti si addice od alla quale ti senti vicino!</i>		
a	<input type="checkbox"/>	... usa le tecnologie di informazione e comunicazione digitale in maniera ossessiva e compulsiva , come se la vita dipendesse primariamente dalla comunicazione e dalla quantità ed intensità delle comunicazioni in termini di <i>messaging, chat, telefonate, giochi, videogames, films</i> , immagini, diversi applicativi. Ha sempre il telefonino in mano ..., quando ha il telefonino tende a dimenticare tutto il resto della sua vita. Non ha la minima idea, non ha la più pallida idea del sistema globale in cui si è coinvolti, quando ci si informa e si comunica, e non sente la necessità di comprendere il sistema globale.
b	<input type="checkbox"/>	... usa le tecnologie di informazione e comunicazione digitale solo all'occorrenza , anche con una certa frequenza , per comunicare con familiari, amici e colleghi, in relazione ai suoi impegni e calendari . Non ha la minima idea del sistema globale in cui si è coinvolti, quando ci si informa e si comunica, e non ha mai sentito particolarmente la necessità di comprendere tale sistema globale.
c	<input type="checkbox"/>	... usa le tecnologie di informazione e comunicazione digitale con frequenza ma con consapevolezza, in maniera attiva , decide spesso lui le informazioni da cercare e cosa comunicare; ha l'account del server della scuola; conosce sufficientemente : la differenza fra informazione e comunicazione; le tecnologie succedutesi nel tempo (valvola termoionica, transistor, processori di diverse generazioni); i pensatori, i matematici, gli ingegneri (A. Meucci, G. Marconi, A. Turing; T. Berners-Lee ...), gli uomini di successo (B. Gates; S. Jobs; M. Zuckerberg, K. Systrom ...); gli apparati tecnologici moderni (reti elettriche, reti infotelematiche, telefoni, <i>hardware, software, router, server, hub</i> , cavi in fibra ottica sottomarini, satelliti comunicazioni ...); le multinazionali coinvolte a vario titolo e livello nella filiera (cisco, alcatel, huawei ..., gestori di reti telefoniche, gestori di servizi di <i>social network ...</i>). E' desideroso di avere un ruolo attivo e di protagonista nel sistema globale, per quanto possibile.
d	<input type="checkbox"/>	... usa le tecnologie di informazione e comunicazione digitale con frequenza, in maniera passiva anche se non propriamente ossessiva , limitandosi all'uso dell'apparecchio in dotazione (telefonino, <i>smartphone, tablet ...</i>), ha una idea confusa del sistema globale in cui si è coinvolti, quando ci si informa e si comunica, e non ha mai sentito la necessità di comprendere tale sistema globale.
e	<input type="checkbox"/>	... usa le tecnologie di informazione e comunicazione digitale con alta frequenza, anche ossessiva, ma con una certa consapevolezza , anche in maniera attiva , decide spesso lui le informazioni da cercare e cosa comunicare; ha l'account del server della scuola; conosce approssimativamente : la differenza fra informazione e comunicazione; gli uomini di successo dei <i>social network</i> (B. Gates; S. Jobs; M. Zuckerberg; K. Systrom ...); alcune, poche, multinazionali coinvolte nell'ultimo livello della filiera (gestori di reti telefoniche, gestori di servizi di <i>social network ...</i>), conosce molti gli applicativi. E' desideroso di avere un ruolo attivo e di protagonista nel sistema globale, per quanto possibile.

D.G. 9 | *Intelligenza emotiva: alla ricerca dello stato di "flusso" ...*

Y = RICHIESTE INSEGNANTE



X = CAPACITA' CHE APPLICO → → → →

Leggi questo diagramma cartesiano, nel quale le CAPACITA' DELLO STUDENTE (*skills*) variano (aumentano) in ascissa, mentre le RICHIESTE O SFIDE PRETESE DELL'INSEGNANTE (*challenge level*) variano (aumentano) in ordinata. L'insegnante ti sottopone SFIDE via via più impegnative, alle quali dovresti rispondere con maggiori CAPACITA' ...: come ti senti? Pensa di essere nel centro, in una situazione indefinita e prova ad immaginare come reagiresti alle variazioni y ed x. Prova ad individuare **l'area nella quale ti sembra di sentirti spesso** fra le seguenti:

a	<input type="checkbox"/>	<i>Apathy</i> (apatico, indifferente, non senti niente ...) (... <i>non me ne frega niente</i> ...)
b	<input type="checkbox"/>	<i>Worry</i> (preoccupato, abbattuto) (... <i>che agitazione, che batticuore</i> ...)
c	<input type="checkbox"/>	<i>Anxiety</i> (ansioso, sconfitto, sopraffatto) (... <i>che paura, che spavento, che terrore</i> ...)
d	<input type="checkbox"/>	<i>Boredom</i> (annoiato) (... <i>ma quando finirà 'sta ora</i> ...)
e	<input type="checkbox"/>	<i>Aurosal</i> (eccitato, "su") (... <i>non vedo l'ora di dimostrare</i> ...)
f	<input type="checkbox"/>	<i>Relaxation</i> (rilassato) (... <i>ancora 'ste prove, uffa, cosa sarà mai, tutto qui?</i> ...)
g	<input type="checkbox"/>	<i>Control</i> (controllato) (... <i>vediamo un po' se ce la faccio anche 'sta volta</i> ...)
h	<input type="checkbox"/>	<i>Flow</i> (in flusso, stato di "grazia", compiaciuto) (... <i>ma che piacere poter risolvere</i> ...)

