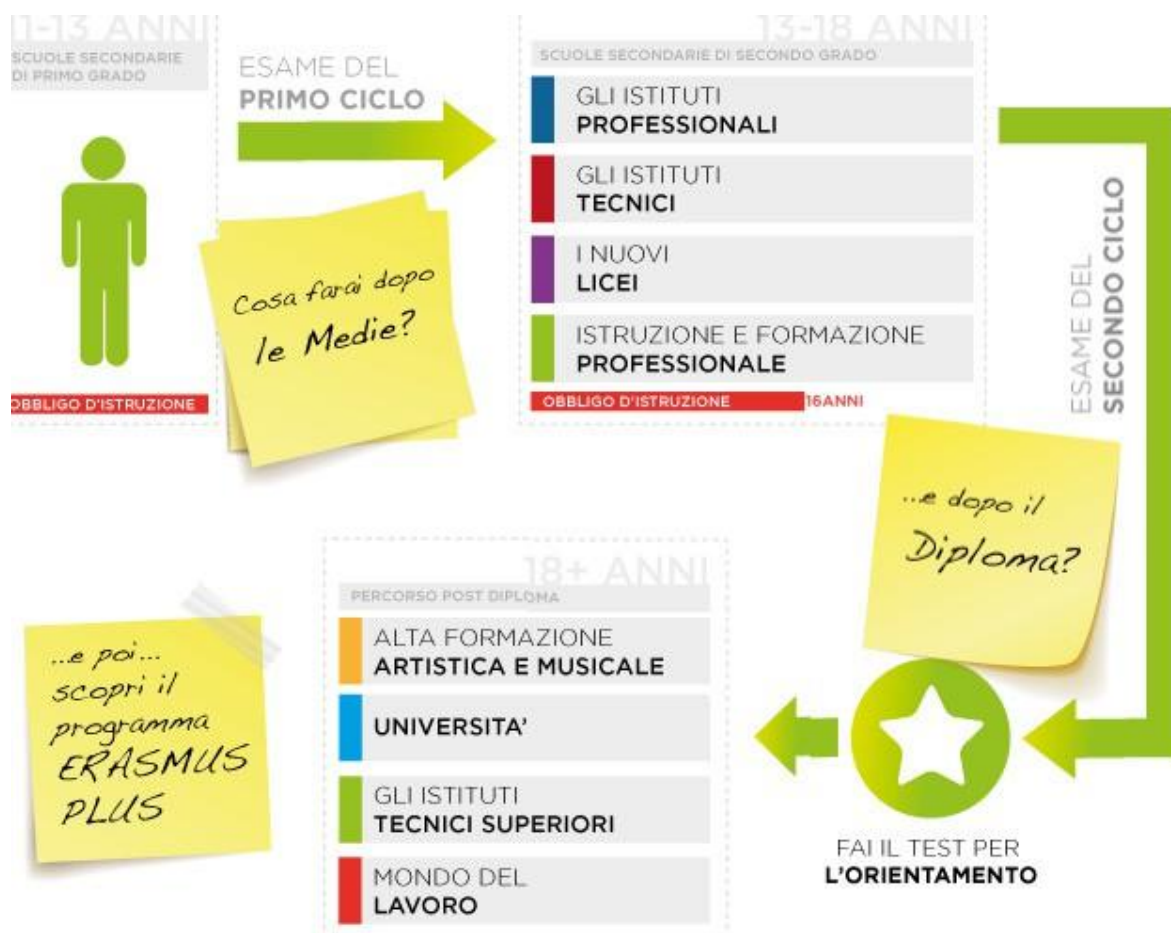


## ANNO SCOLASTICO 2023/24

### IL MIO QUADERNO DI AUTO-ORIENTAMENTO

#### QUALE SCUOLA SUPERIORE?



COGNOME: \_\_\_\_\_ NOME: \_\_\_\_\_

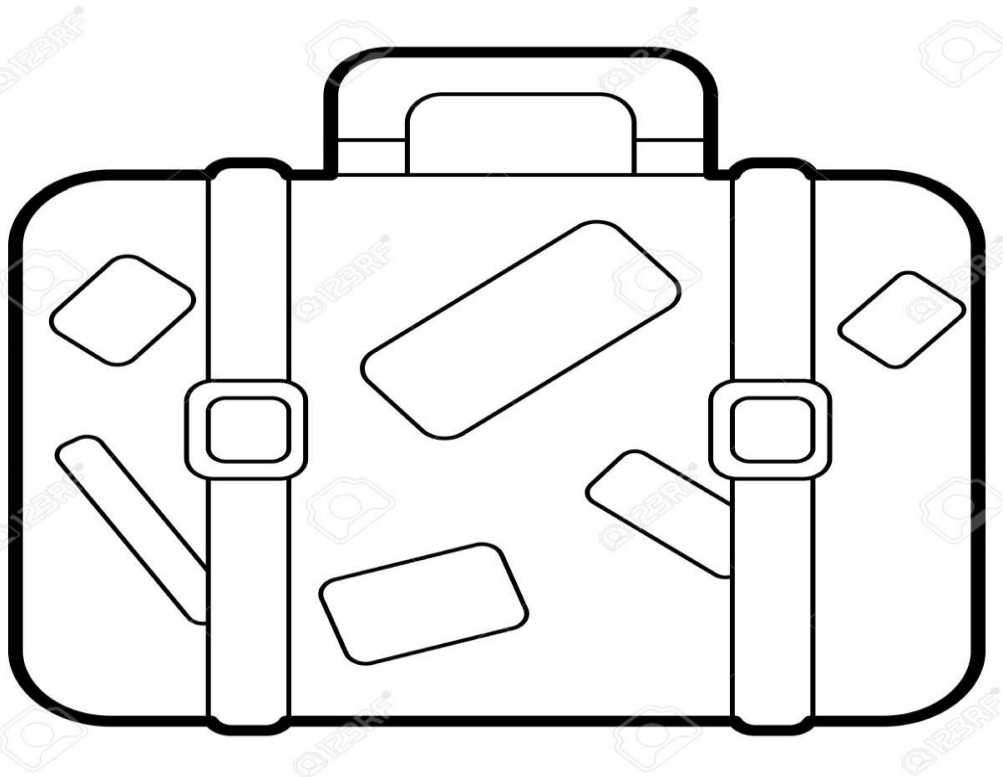
Non è facile avere le idee chiare su come muoversi e quale scuola scegliere dopo la terza media. Ma niente paura! Iniziamo insieme questo percorso che ti indirizzerà a una scelta consapevole per il tuo futuro.

### **LA VALIGIA DELLE MIE RISORSE**

Prova a pensare a quelli che sono attualmente i tuoi punti di forza e poi rispondi: quali qualità “porteresti” con te in un viaggio immaginario nel tuo futuro? Scrivilo negli spazi della valigia.

*Qui trovi alcuni spunti:*








- *qualità del tuo carattere: calma, creatività, socievolezza...*
- *abilità: usare il pc, ballare, disegnare...*
- *Conoscenze: inglese, matematica, italiano...*
- *Cose: ...*
- *Persone:...*



## CONOSCERE SE STESSI

La prima tappa del nostro viaggio ti porta a conoscere un po' di più te stesso. Farsi queste domande e, soprattutto, risponderci sinceramente è fondamentale. Solo dopo aver riflettuto su te stesso, potrai guardarti attorno e osservare con più consapevolezza il mondo della scuola e delle professioni.

**Come mi vedo da grande?** Osserva le vignette e scegli come ti sentiresti a tuo agio da adulto.

 <p><input type="checkbox"/> <i>Stile di vita "pigro"</i></p>	 <p><input type="checkbox"/> <i>Stile di vita "dinamico"</i></p>	 <p><input type="checkbox"/> <i>Stile di vita "in carriera"</i></p>
 <p><input type="checkbox"/> <i>Stile di vita "avventuroso"</i></p>	 <p><input type="checkbox"/> <i>Stile di vita "verde"/contemplativo</i></p>	 <p><input type="checkbox"/> <i>Stile di vita "socialmente utile"</i></p>
 <p><input type="checkbox"/> <i>Stile di vita "sotto ai riflettori"</i></p>	 <p><input type="checkbox"/> <i>Stile di vita "familiare"</i></p>	 <p><input type="checkbox"/> <i>Stile di vita "sempre in viaggio"</i></p>

**Come mi sento di fronte alla scelta?**

Disinteressato (ci penserò più avanti) perché \_\_\_\_\_

Curioso (voglio informarmi) perché \_\_\_\_\_

- Sicuro (ho già deciso) perché \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- Confuso (ho tante idee) \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- Sfiduciato (sicuramente farò la scelta sbagliata) perché \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- Tranquillo (mi farò consigliare bene) perché \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- Angosciato (non devo assolutamente sbagliare) perchè \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- Dipendente (decideranno gli altri per me) perchè \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

***Sono un tipo...*** Segna le caratteristiche che ti rappresentano

- |                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> preciso     | <input type="checkbox"/> sognatore      |
| <input type="checkbox"/> socievole   | <input type="checkbox"/> ambizioso      |
| <input type="checkbox"/> curioso     | <input type="checkbox"/> perseverante   |
| <input type="checkbox"/> ordinato    | <input type="checkbox"/> volenteroso    |
| <input type="checkbox"/> creativo    | <input type="checkbox"/> ribelle        |
| <input type="checkbox"/> dinamico    | <input type="checkbox"/> disorganizzato |
| <input type="checkbox"/> disponibile | <input type="checkbox"/> pratico        |

***Mi conosco abbastanza?*** Scegli per ciascuna voce l'alternativa che tra le 3 si adatta maggiormente a te.

ADATTABILITA'	<input type="checkbox"/> sono molto rigido <input type="checkbox"/> mi adatto abbastanza <input type="checkbox"/> mi adatto bene alle situazioni nuove
AMBIZIONE	<input type="checkbox"/> non ho grandi aspirazioni <input type="checkbox"/> mi piace migliorare <input type="checkbox"/> quando ho un obiettivo lo devo raggiungere
ANIMAZIONE	<input type="checkbox"/> mi piace stare in disparte <input type="checkbox"/> mi piace stare in gruppo <input type="checkbox"/> mi piace fare il leader
ANSIA	<input type="checkbox"/> sono calmo <input type="checkbox"/> a volte mi agito <input type="checkbox"/> sono nervoso e teso
APPRENDIMENTO	<input type="checkbox"/> sono lento <input type="checkbox"/> a volte ho difficoltà <input type="checkbox"/> imparo con facilità
AUTORITA'	<input type="checkbox"/> non dò quasi mai ordini <input type="checkbox"/> comando solo chi conosco bene <input type="checkbox"/> mi faccio sempre ascoltare

AUTOSTIMA	<input type="checkbox"/> valgo poco <input type="checkbox"/> conosco i miei limiti <input type="checkbox"/> mi apprezzo abbastanza
COMUNICAZIONE	<input type="checkbox"/> sono chiuso <input type="checkbox"/> mi piace parlare <input type="checkbox"/> parlo molto
CONCENTRAZIONE	<input type="checkbox"/> sono distratto <input type="checkbox"/> se voglio so concentrarmi <input type="checkbox"/> mi concentro senza problemi
DINAMISMO	<input type="checkbox"/> sono pigro <input type="checkbox"/> sono attivo se una cosa mi piace <input type="checkbox"/> non sto mai fermo
ESPOSIZIONE	<input type="checkbox"/> sono confuso quando faccio un discorso <input type="checkbox"/> mi sforzo di usare termini esatti <input type="checkbox"/> mi esprimo con chiarezza
IMMAGINAZIONE	<input type="checkbox"/> non ne ho <input type="checkbox"/> per certe cose sono creativo <input type="checkbox"/> ho una forte immaginazione
INDIPENDENZA	<input type="checkbox"/> non so fare le cose da solo <input type="checkbox"/> preferisco che mi dicano cosa fare <input type="checkbox"/> mi piace fare da solo
METODO	<input type="checkbox"/> sono un po' pasticione <input type="checkbox"/> cerco di fare le cose con metodo <input type="checkbox"/> so organizzarmi
MOTIVAZIONE	<input type="checkbox"/> sono spesso svogliato <input type="checkbox"/> ho qualche interesse <input type="checkbox"/> sono curioso
ORDINE	<input type="checkbox"/> sono disordinato <input type="checkbox"/> metto in ordine solo alcune cose <input type="checkbox"/> sono ordinato e preciso
RESPONSABILITA'	<input type="checkbox"/> non mi piace assumermi responsabilità <input type="checkbox"/> accetto compiti di responsabilità <input type="checkbox"/> mi piace assumermi responsabilità
RISCHIO	<input type="checkbox"/> non accetto nuove sfide <input type="checkbox"/> accetto qualche rischio <input type="checkbox"/> cerco il rischio
UMORE	<input type="checkbox"/> sono spesso di malumore <input type="checkbox"/> sono lunatico <input type="checkbox"/> sono spesso di buonumore
VOLONTA'	<input type="checkbox"/> ho bisogno di incoraggiamento <input type="checkbox"/> dimostro spesso forza di volontà <input type="checkbox"/> arrivo dove voglio arrivare

Le mie caratteristiche salienti sono:

---



---



---

---

---

## GLI INTERESSI SCOLASTICI E PROFESSIONALI

### Istruzioni per la compilazione:

Il questionario contiene una lista di attività: dovrai indicare quanto ti interessa ciascuna attività. Esprimi spontaneamente le tue preferenze senza tener conto se occorre una preparazione specifica per svolgere tale attività. Non ci sono risposte giuste o sbagliate ma devi valutare esclusivamente quanto ti senti attratto da ciascuna attività descritta nel questionario.

Per dare le risposte segui le seguenti istruzioni:

- punteggio 0: se l'attività per te non ha NESSUN INTERESSE (non mi piace per niente);
- punteggio 1: se l'attività per te ha POCO INTERESSE (mi piace poco);
- punteggio 2: se l'attività per te ha INTERESSE (mi piace);
- punteggio 3: se l'attività per te ha INTERESSE MOLTO ALTO (mi piace molto);
- punteggio 4: se l'attività per te ha INTERESSE ALTISSIMO (mi piace moltissimo).

ATTIVITÀ	LETTERA	0	1	2	3	4
Avere interesse per le varie espressioni artistiche	A					
Sostenere una conversazione in una o più lingue straniere.	B					
Aiutare le persone in difficoltà.	C					
Comporre temi e brevi racconti.	D					
Lavorare in una banca.	E					
Realizzare l'impianto elettrico di una casa.	F					
Da un disegno su carta saper realizzare un modello di abito.	G					
Cercare metodi scientifici per migliorare gli allevamenti di bestiame.	H					
Conoscere e realizzare procedimenti chimici di laboratorio.	I					
Progettare o sovrintendere alla costruzione di un edificio.	J					
Lavorare per contribuire allo sviluppo dell'innovazione tecnologica.	K					
Conoscere la composizione degli alimenti e le tecniche di conservazione dei cibi.	L					
Tra le materie scolastiche preferire l'educazione artistica	A					
Occuparsi dell'organizzazione di viaggi e vacanze nell'ambito di un'agenzia turistica.	B					
Misurare la temperatura, fare analisi del sangue, fare iniezioni.	C					
Studiare le regole grammaticali e della sintassi e saperle applicare alla lingua italiana e straniera.	D					
Seguire l'andamento dell'economia dei paesi.	E					
Eeguire la revisione, la messa a punto o la lubrificazione di un motore.	F					
Studiare storia del costume, della moda e dell'abbigliamento.	G					
Conoscere i diversi tipi di spighe del grano.	H					
Insegnare matematica alle medie, alle superiori oppure all'università.	I					
Visitare un cantiere edile.	J					

Configurare, installare e gestire sistemi di elaborazione di dati e reti.	K					
Cucinare i vari tipi di cibi.	L					
Studiare storia dell'arte ed i vari stili architettonici e d'arredamento nel corso dei secoli.	A					
Fare l'interprete in congressi, incontri o fiere internazionali, ecc.	B					
Fare lo psicologo/la psicologa	C					
Acquistare periodicamente dei libri.	D					
Curare la contabilità di una piccola azienda.	E					
Occuparsi dell'istallazione o riparazione di apparecchiature telefoniche o televisive.	F					
Lavorare in un salone o in un centro di bellezza.	G					
Formulare delle ipotesi sulla fertilità del terreno e studiare il modo per migliorarla.	H					
Visitare con interesse un museo di storia naturale.	I					
Conoscere i materiali da costruzione e l'impiego delle più comuni macchine da cantiere.	J					
Migliorare i sistemi di telecomunicazione.	K					
Saper preparare la sala di un locale per un ricevimento o un rinfresco.	L					
Utilizzare la grafica per esprimere idee, concetti.	A					
Occuparsi della comunicazione commerciale di una ditta con i suoi clienti esteri.	B					
Ascoltare i problemi e i bisogni delle persone.	C					
Studiare gli usi, i costumi e la civiltà dei vari popoli.	D					
Lavorare in un ufficio legale (presso un avvocato o un notaio) o in un Ente pubblico (ad es. uffici della Regione, ecc.).	E					
Lavorare con trapani, torni, pinze e cacciaviti.	F					
Realizzare oggetti con materiali vari (legno, plastilina, ceramica, ecc.).	G					
Cercare di capire i motivi che condizionano la fioritura di determinate piante.	H					
Studiare la vita e la struttura della cellula.	I					
Dedicarsi alla valutazione tecnica ed economica di beni (fabbricati, terreni) privati e pubblici.	J					
Lavorare nell'ambito della ideazione e applicazione di dispositivi e strumenti informatici.	K					
Lavorare in un bar, ristorante o trattoria.	L					
Ideare e progettare costruzioni moderne.	A					
Leggere le principali opere di autori e autrici stranieri nella loro lingua madre.	B					
Insegnare in una scuola materna o primaria.	C					
Studiare il latino ed il greco	D					
Studiare i problemi di conduzione o amministrazione di un'azienda.	E					
Disegnare, costruire o collaudare impianti termici, idraulici od elettrici.	F					
Lavorare in una sartoria.	G					
Studiare e diagnosticare le malattie degli alberi ed effettuare interventi di cura.	H					
Studiare le possibili applicazioni di una formula matematica astratta.	I					
Fare misurazioni di terreni per costruire strade o autostrade.	J					

Gestire progetti che si occupano di sicurezza e privacy delle informazioni che circolano sul web.	K					
Gestire un albergo.	L					
Progettare e realizzare opuscoli e manifesti pubblicitari.	A					
Insegnare una lingua straniera.	B					
Lavorare in strutture per persone anziane o disabili.	C					
Insegnare materie letterarie in una scuola.	D					
Lavorare in un commissariato di polizia o di un altro corpo (carabinieri, finanza, vigili, ecc.).	E					

Individuare un guasto in una apparecchiatura elettronica e ripararlo.	F					
Studiare la storia del trucco estetico e teatrale nei secoli.	G					
Svolgere preferibilmente attività all'aria aperta.	H					
Sapere perché certe sostanze alterano l'equilibrio naturale dell'ambiente.	I					
Dedicarsi alla ristrutturazione di edifici antichi.	J					
Acquisire le conoscenze matematiche necessarie per utilizzare i diversi linguaggi dei computer.	K					
Conoscere le tradizioni culinarie di altre paesi.	L					
Visitare mostre e gallerie d'arte.	A					
Conoscere altri paesi e culture.	B					
Fare l'animatore di un gruppo in una colonia o in un doposcuola.	C					
Andare a teatro, al cinema, all'opera.	D					
Occuparsi della difesa dei diritti delle persone e dei cittadini e cittadine.	E					
Conoscere le leggi internazionali che regolano il traffico aereo, navale o ferroviario.	F					
Fare il parrucchiere da uomo o per signora conoscendo le varie tecniche di colorazione e taglio dei capelli.	G					
Conoscere l'arte della coltivazione della vite, del trattamento delle uve e della fermentazione dei vini.	H					
Nel lavoro occuparsi prevalentemente di numeri, disegni e calcoli.	I					
Lavorare presso agenzie immobiliari.	J					
Nel lavoro utilizzare solo e sempre il computer.	K					
Inventare ricette gastronomiche e scoprire nuovi sapori.	L					

**Come calcolare il risultato:**

Inserisci nella tabella sotto il totale dei punteggi che hai ottenuto per ognuna delle lettere:

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
<b>Punteggio</b>												

Adesso inserisci le lettere in ordine decrescente (dal più alto al più basso) in base ai punteggi ottenuti.

In caso di parità di punteggio riportale nella stessa casella:

	1°	2°	3°	4°	5°	6°	7°	8°	9°	10°	11°	12°
<b>Punteggio</b>												

**Come leggere i risultati:**

Ogni lettera corrisponde ad un orientamento professionale:

- **A:** orientamento artistico grafico



- **B:** orientamento linguistico turistico
- **C:** orientamento educativo psicologico e sociosanitario
- **D:** orientamento umanistico letterario
- **E:** orientamento giuridico economico commerciale
- **F:** orientamento elettrico meccanico tecnico
- **G:** orientamento artigianale pratico estetico
- **H:** orientamento agro ambientale
- **I:** orientamento scientifico naturale
- **J:** orientamento edile
- **K:** orientamento informatico
- **L:** orientamento alberghiero

**INTERVISTA AI GENITORI, ZII, NONNI, ....(almeno 2):**

1. Che lavoro svolgi o hai svolto?
2. Quali sono i compiti assegnati?
3. Lavori da solo o con altre persone?
4. Hai contatto con i clienti?
5. Mi descrivi il tuo ambiente di lavoro?
6. Quali strumenti utilizzi per il tuo lavoro?
7. Quale titolo di studio ti ha permesso di svolgere il tuo lavoro?
8. Secondo te quali caratteristiche personali, attitudini bisogna avere per poter svolgere la tua professione?
9. Nel tuo ambiente lavorativo ci sono più uomini o donne? Perché?
10. Il tuo lavoro continuerà ad esistere tra 10-15 anni?
11. Se volessi svolgere la tua stessa professione quali consigli mi daresti

## IL LAVORO CHE VORREI

Quale lavoro vorresti fare da grande? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Come immagini il lavoro che hai scelto? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Perché hai scelto questa professione? (non rispondere con “mi piace” o “è bella”...ma cerca di fornire motivazioni più precise!) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Quali desideri, sogni, aspirazioni pensi di poter realizzare con questa professione? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Esistono quattro modi diversi di lavorare; quasi tutte le professioni si svolgono lavorando un po' in un modo un po' in un altro: in genere, però, prevalgono le caratteristiche di uno di questi modi.

- **... con le PERSONE:** *quando si hanno frequenti o continui rapporti con molte persone (con i clienti, i pazienti, gli allievi...). Star bene con la gente ed avere facilità di rapporti con le persone è una caratteristica indispensabile per tanti professionisti diversi: gli insegnanti, i negozianti, i medici, i parrucchieri...*
- **... con i DATI:** *quando si ha a che fare con la registrazione, il calcolo, l'elaborazione di dati statistici, dati anagrafici, dati di mercato, calcoli numerici... Lavorano con i dati soprattutto gli impiegati amministrativi, i ragionieri, i segretari, i ricercatori di mercato, gli economisti...*
- **... con le IDEE:** *quando si producono concetti astratti, idee artistiche, scientifiche... o si riflette su di esse. In tutte le professioni si deve in qualche modo lavorare col cervello e quindi con le idee, ma certi lavori richiedono una capacità particolarmente sviluppata di riflettere, ragionare, inventare: è il caso, per esempio degli artisti, degli scienziati, dei filosofi ....*
- **... con le COSE:** *quando si debbono manipolare dei materiali o degli oggetti per produrre o riparare manufatti (materiali come il legno, il ferro, la stoffa... oggetti come l'automobile, la televisione...). Lavorano soprattutto con le cose gli agricoltori o gli artigiani come i sarti, i fabbri, i ceramisti, gli orafi...*

## **I MODI DI LAVORARE**

### **COME MI PIACEREBBE LAVORARE?**

*Indica, con una crocetta a fianco dei numeri, solo le affermazioni che descrivono la tua personalità e i tuoi interessi.*

#### **LAVORARE CON LE PERSONE**

1. Nelle interrogazioni orali ti esprimi con disinvoltura.
2. A scuola, ti piace lavorare in gruppo.
3. Non resisti a lungo in un posto in cui non puoi parlare.
4. Tutti ti dicono che sei garbato e cordiale.
5. Vai d'accordo con tutti, anche con le persone che hai appena conosciuto.
6. Ti capita spesso di persuadere gli altri a fare ciò che vuoi tu.
7. Ammiri molto le persone che si prodigano per aiutare la gente che ha bisogno
8. Ti capita spesso di aiutare qualche compagno in difficoltà.
9. Sei disponibile ad ascoltare le persone che ti parlano dei loro problemi.
10. Ti piacerebbe svolgere un servizio volontario per aiutare delle persone in difficoltà.

#### **LAVORARE CON LE IDEE**

1. Ti piace studiare e non ti spaventa l'idea di studiare ancora per parecchi anni.
2. Ti piace leggere.
3. Ti piace discutere di problemi sociali o religiosi o politici o scientifici.
4. C'è un argomento culturale che ti interessa in modo particolare e che approfondisci in modo autonomo.
5. Non ti capita quasi mai di pensare che certe materie che si studiano a scuola non servono a niente.
6. Ti piacciono gli esercizi che mettono alla prova la tua logica.
7. Hai buona memoria.
8. Qualche volta segui alla televisione un programma culturale (un documentario, un dibattito,...).
9. Hai il gusto della ricerca; consulti per conto tuo libri e enciclopedie.
10. Per capire idee e concetti astratti non hai sempre bisogno che ti facciano degli esempi concreti.

#### **LAVORARE CON I DATI**

1. Ti piace fare i calcoli di matematica.
2. Sei capace di seguire con precisione delle istruzioni, anche lunghe e complesse.
3. Non sopporti il disordine e la confusione.
4. Ti piace organizzare bene le tue attività.
5. Ti piace costruire grafici e diagrammi.
6. Quando devi ricordare delle informazioni, le organizzi con degli schemi, degli elenchi,....
7. A scuola i professori ti affidano volentieri degli incarichi che richiedono attenzione e precisione.
8. Per presentare un compito ordinato sei disposto a rifarlo più volte.
9. Hai buone doti di osservazione e ricordi facilmente ciò che hai osservato.
10. Sei costante nel dedicarti agli impegni che ti assumi.

#### **LAVORARE CON LE COSE**

1. Riesci bene nei piccoli lavori manuali.
2. Ti piace costruire degli oggetti col legno o con altro materiale.
3. Segui con precisione i consigli dell'insegnante di Educazione Tecnica quando ti aiuta a costruire qualcosa.
4. Ti piace osservare gli artigiani mentre lavorano.
5. Ti piace scoprire come funzionano i meccanismi di certi oggetti.
6. Se stai a lungo seduto o fermo diventi nervoso.
7. Sei affascinato da ogni tipo di macchina.
8. Sai inventare delle soluzioni per certi problemi pratici che si presentano a casa o a scuola.
9. Alla televisione segui i programmi che illustrano i progressi tecnologici.
10. Ami la natura e ti piacerebbe lavorare con le piante o gli animali.

*Accanto al titolo del questionario riporta il numero di crocette che hai scritto:*

LAVORARE CON LE PERSONE

LAVORARE CON LE IDEE

LAVORARE CON I DATI

LAVORARE CON LE COSE

*Per quale modo di lavorare ti sembra, per ora, di essere portato in base ai risultati di questo esercizio?*