

## Test sul Metodo di Studio



Di seguito trovi un elenco di affermazioni che descrivono delle tecniche che possono essere comunemente utilizzate per studiare. Rifletti attentamente sui tuoi comportamenti abituali e indica quanto ciascuna affermazione rispecchi il tuo stile e il tuo modo di studiare. Fai, poi, la somma dei punteggi e vedi qual è il profilo relativo alle tue risposte. *I profili sono da considerarsi indicativi, riferendosi a categorie di persone, piuttosto che ad un profilo individuale.*

		PER NIENTE	POCO	ABBASTANZA	MOLTO
1	Cerco di studiare in ambienti comuni (biblioteche, sale studio) per farmi ispirare dall'esempio di altri e per non disperdermi	1	2	3	4
2	Rispetto le scadenze che mi prefiggo	1	2	3	4
3	Mi faccio una tabella di marcia per lo studio: quanto tempo? Distribuito come?	1	2	3	4
4	Mi aiuto con un amico per provarmi nella materia	1	2	3	4
5	Confronto diversi argomenti sulla stessa materia	1	2	3	4
6	Do una prima lettura veloce al testo per averne un quadro generale	1	2	3	4
7	Studiando un argomento nuovo, cerco tutti i collegamenti possibili con quelli già studiati	1	2	3	4
8	Controllo e prendo precauzioni per non distrarmi	1	2	3	4
9	Studio in un luogo isolato dai rumori	1	2	3	4
10	Riesco a portare avanti in parallelo lo studio di diverse materie	1	2	3	4
11	Alterno lo studio di contenuti diversi per facilitare l'apprendimento	1	2	3	4
12	Cerco di non rimandare nel tempo lo studio	1	2	3	4

***Profilo 1: metodo organizzato ed efficace (da 45 a 48)***

Hai sviluppato delle buone strategie di studio che ti consentono di organizzarti adeguatamente, dedicando la giusta attenzione ai contenuti che devi apprendere.

***Profilo 2: metodo abbastanza efficace (da 25 a 44)***

Il tuo modo di affrontare lo studio è sufficientemente adeguato, anche se, seguendo degli utili accorgimenti, potresti migliorare l'organizzazione dello studio, limitare le distrazioni e mantenere una attenzione più elevata, ottenendo, così, risultati più soddisfacenti.

***Profilo 3: metodo approssimativo e disorganizzato (da 12 a 24)***

Il modo di approcciarsi allo studio lascia troppo spazio alle distrazioni che non consentono di apprendere con costanza e con la giusta attenzione. L'inadeguata programmazione dello studio rende faticoso il ricordo dei contenuti e la possibilità di padroneggiare la materia efficacemente. E' importante rivedere il proprio metodo di studio e adottare delle strategie più adeguate.