



Ufficio Scolastico Territoriale di Treviso
Ufficio XI – Interventi Educativi

I modelli di orientamento

Modello Psicoattitudinale

Esempio di attività

13 dicembre 2011

Orientarsi verso il futuro

Progetto di Orientamento Scolastico - Professionale

Questo Progetto di Orientamento è indirizzato a classi terze della scuola secondaria di 1° grado e a classi 1e, 2 e, 3 e, 4 e, 5 e della scuola secondaria di 2° grado.

Prevede interventi volti a favorire la riflessione da parte degli studenti su variabili quali:

- le capacità decisionali, gli atteggiamenti nei confronti del proprio futuro;
- la **propensione alla flessibilità e all'adattamento dei propri progetti, in un mondo del lavoro in continua evoluzione.**

Progetto elaborato da: Università degli Studi di Padova La.R.I.O.S. Laboratorio di Ricerca ed Intervento per l'Orientamento alle Scelte *Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della Socializzazione*

In collaborazione con: Associazione Culturale Giuseppe Martini.

Orientarsi verso il futuro

Progetto di Orientamento Scolastico - Professionale

Il progetto prevede per quest'anno scolastico le seguenti fasi operative:

- raccolta di informazioni su se stessi attraverso questionari di autovalutazione compilati dagli alunni coinvolti, nel corso di un primo incontro di h 2;
- analisi dei dati e elaborazione di profili individualizzati di ciascun alunno a cura del Larios;
- consegna e guida alla lettura dei profili degli alunni (relazione personalizzata) nel corso di un secondo incontro di h 2;
- eventuale incontro di h 2 ore con i genitori degli alunni, dopo l'effettuazione dei test, allo scopo di presentare gli scopi del lavoro, i costrutti di riferimento, la guida alla lettura delle relazioni personalizzate.

Idee di riferimento

L'orientamento scolastico-professionale si interessa a come le persone vivono il proprio presente e si rappresentano e programmano, nel limite del possibile, il proprio futuro e punta a stimolare e ad incrementare abilità e conoscenze utili a crearsi possibilità, a scegliere in modo efficace opzioni vantaggiose e a progettare e costruire propri percorsi professionali. (Soresi e Nota, 2007).

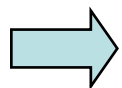
Una prima operazione che risulta necessaria, fra le numerose che dovrebbero essere compiute, per procedere in questo compito decisionale riguarda la raccolta di una serie di informazioni su di sé e sulla realtà scolastico-professionale.

Per quanto riguarda specificatamente le informazioni su di sé, queste sono relative alle rappresentazioni mentali che una persona ha di se stessa, dei propri desideri, preferenze, valori e ideali, ma anche delle caratteristiche che gli altri vorrebbero che essa possedesse.

Queste informazioni devono essere rese 'il più possibile disponibili' e facilmente processabili.

Variabili importanti della Career Adaptability

- 1.1 Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci
"Io, la scuola e lo studio"
- 1.2 Le capacità di affrontare situazioni difficili e di risolvere problemi
"Problem solving inventory"
- 2.1 Gli interessi e le credenze di efficacia
"Ciò che mi piace fare"
- 2.2 Gli atteggiamenti nei confronti della progettazione del proprio futuro
"Career adaptabilities inventory"



Orientarsi verso il futuro

Presentazione della Relazione personalizzata

Nel primo incontro hai completato una serie di prove e di questionari al fine di attirare la tua attenzione su aspetti personali, credenze, atteggiamenti, che potrebbero influenzare il processo di scelta.

Le risposte che hai fornito sono state analizzate presso il Laboratorio La.R.I.O.S. dove è stato possibile predisporre la relazione.

La relazione personalizzata contiene i risultati dell'attività svolta. Quanto qui di seguito riportato deriva direttamente dall'analisi delle risposte che hai fornito e dipende, pertanto, da ciò che tu stesso hai scritto, dai pensieri e dalle opinioni che hai espresso.

Le risposte che tu hai fornito sono state anche confrontate con quelle di giovani della tua età. Sulla base di ciò, per ogni aspetto esaminato, i **punteggi fra 40 e 60** possono essere considerati **medi**, simili a quelli della maggioranza degli studenti della tua età, i **punteggi fra 0 e 39** possono essere considerati **inferiori alla media** (inferiori a quelli dei ragazzi della tua età) e i **punteggi fra 61 e 100** **superiori alla media** (superiori a quelli dei ragazzi della tua età).

La relazione è composta da tre parti:

- 1] la prima riguarda le idee e gli atteggiamenti che possiedi a proposito delle tue capacità di gestire lo studio e le situazioni difficili che si possono incontrare;
- 2] la seconda riguarda le idee, gli atteggiamenti e le capacità utili per la progettazione del futuro scolastico-professionale;
- 3] l'ultima parte riguarda i "PUNTI DI FORZA": questa parte la dovrai completare tu e noi pensiamo che sia importante che tu ne tenga conto per affrontare con successo la formazione e l'inserimento professionale.

1.1 Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci

Studiosi e ricercatori sostengono che alcuni studenti, più di altri, **traggono vantaggio** dall'esperienza scolastica.

Si tratta, in particolare, di coloro che studiano efficacemente, usando in modo adeguato il tempo a scuola e a casa, investendo tempo e fatica per l'acquisizione di conoscenze e abilità.

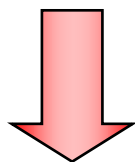
Tutto questo è importante anche per **andare bene** nel corso della scuola superiore e per continuare ad aggiornarsi quando si intraprende un lavoro.

1.1 *Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci*

1

La motivazione, ovvero la presenza di interesse nei confronti dello studio e della volontà di andare a scuola.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



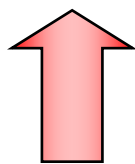
può essere importante riflettere sul fatto che la scuola, anche se richiede impegno e fatica, è necessaria per inserirsi nel mondo produttivo e che prepara ad affrontare in modo più vantaggioso il proprio futuro.

1.1 *Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci*

2

L'ansia e la preoccupazione sperimentate nel corso delle verifiche e delle interrogazioni.

In presenza di punteggi alti [superiori a 60]



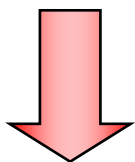
se si è studiato e quindi se questo disagio non è legato al fatto che si è consapevoli di poter fare una brutta figura a causa della scarsa preparazione, potrebbe essere d'aiuto pensare al lavoro svolto, il **dirsi fra sé e sé che ci si è dati da fare e che ci si è preparati per ottenere almeno la sufficienza. In queste situazioni è necessario concentrarsi sulle richieste degli insegnanti tenendo anche presente che una certa dose di ansia può essere utile per dare il meglio di se stessi.**

1.1 *Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci*

3

La tendenza ad utilizzare modalità utili a facilitare lo studio, come il sottolineare, il fare schemi, il prendere appunti.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



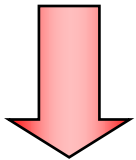
può essere utile tenere presente che queste operazioni possono aiutare a selezionare le idee principali, a mantenere la concentrazione, a ricordare ciò che è essenziale e a guidare il ripasso.

1.1 *Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci*

4

La persistenza e perseveranza nello studio, ovvero la tendenza ad impegnarsi in modo sistematico e costante per prepararsi adeguatamente ai compiti e alle interrogazioni; a rivedere, ripassare e a studiare in modo approfondito anche le materie che piacciono di meno.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



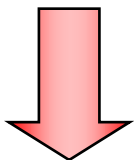
può essere d'aiuto ricordare che pianificare lo studio, prevedere momenti per il richiamo e il ripasso, aiutano ad ottenere risultati migliori e che fare questo per le diverse materie può garantire sia una migliore preparazione personale ma anche un più generale senso di successo.

1.1 *Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci*

5

La capacità di selezionare ciò che è importante studiare, ovvero la capacità di individuare le parti importanti da studiare, ciò che gli insegnanti considerano essenziale, ciò che può permettere di svolgere adeguatamente un compito.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



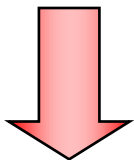
può essere utile prendere più spesso appunti di quanto l'insegnante spiega, verificare gli stessi con l'insegnante, utilizzarli per lo studio delle parti indicate come essenziali, segnarsi le domande che l'insegnante fa nel corso di interrogazioni o ripassi e farsi degli schemi dei concetti essenziali di un capitolo da verificare ancora una volta con l'insegnante stesso, prima di procedere con la memorizzazione.

1.1 Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci

6

La pianificazione dell'attività di studio e concentrazione, ovvero la capacità di gestire in modo efficace il proprio tempo di studio, evitando di rimandare il momento in cui iniziare i compiti e cercando di prepararsi per tempo alle verifiche e alle interrogazioni, riuscendo così a concentrarsi sul da farsi.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



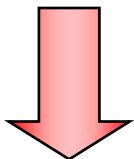
può essere d'aiuto, per trarre vantaggio dallo studio, agire come se fossimo dei **programmatori, ovvero decidendo in primo luogo cosa studiare e, quindi, quando studiare e quando iniziare a farlo. È importante inoltre tenere presente che il non programmare bene diminuisce il tempo a disposizione e questo può aumentare la sensazione che si fa fatica a concentrarsi.**

1.1 *Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci*

7

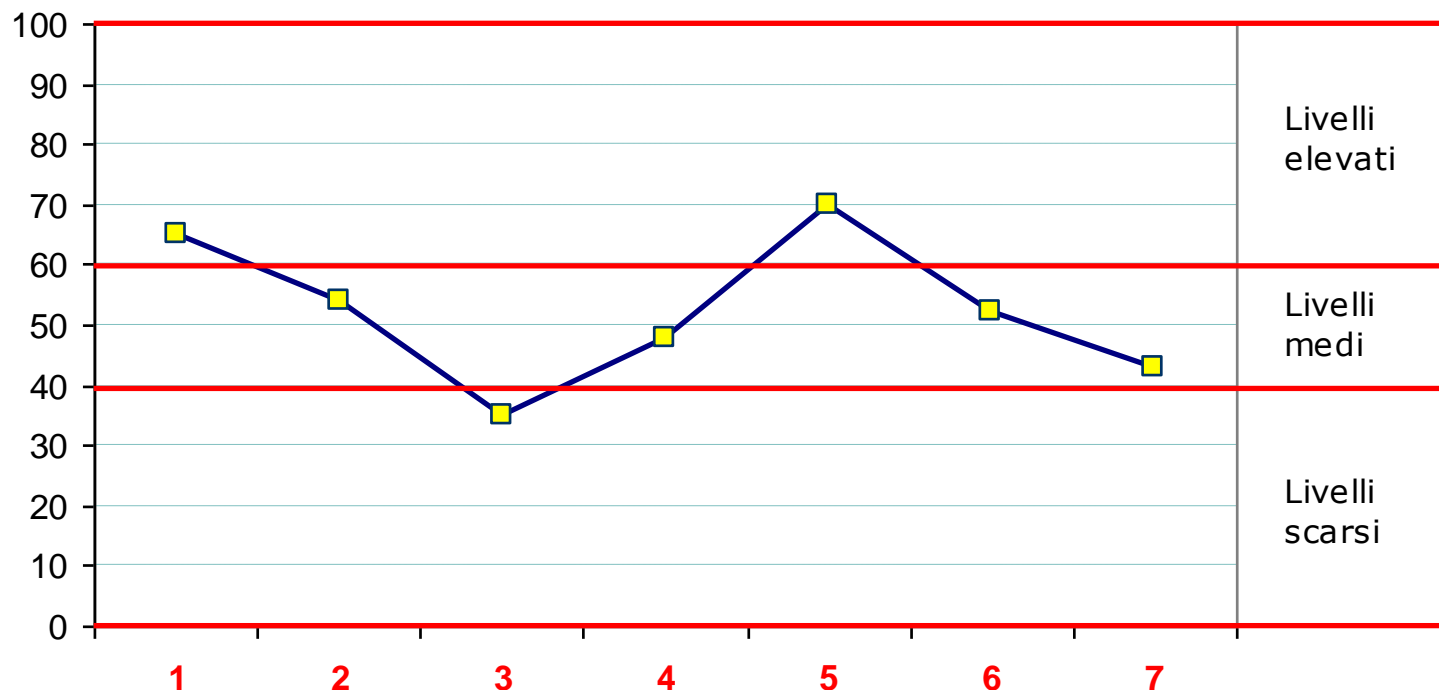
Il ricorso alle strategie di autovalutazione, ovvero alle strategie utili a verificare se quanto si sta studiando è in sintonia con quanto si attendono gli insegnanti, ponendosi ad esempio le domande che gli stessi potrebbero fare e rivedendo quanto da loro spiegato, e se si sta comprendendo adeguatamente.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



potrebbe essere utile utilizzare queste domande a casa, nel corso dello studio personale, per autointerrogarsi. Può essere inoltre utile chiedersi ogni tanto “Mi è chiaro ciò che sto leggendo? Ci sono parti che devo farmi chiarire dall’insegnante?”, dato che è più facile che ci si ricordi ciò che di fatto si è capito.

1.1 Gli atteggiamenti verso l'impegno scolastico e le capacità di studio che ti riconosci



Legenda grafico 1.1

1 = Motivazione scolastica

2 = *Ansia e preoccupazione*

3 = Modalità utili a facilitare lo studio

4 = Persistenza e perseveranza nello studio

5 = Capacità di selezionare ciò che è importante studiare

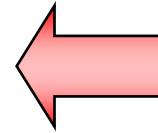
6 = Pianificazione dell'attività di studio e concentrazione

7 = Strategie di autovalutazione

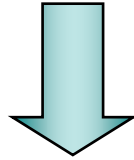
3. *I tuoi punti di forza!*

A

A proposito delle mie **capacità e dei miei atteggiamenti nei confronti dello studio** posso contare sul fatto che mi considero una persona che presenta



considera il contenuto del grafico 1.1



riporta qui sotto i tre ambiti che hanno ottenuto i punteggi più elevati

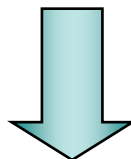
Ambito 1 _____

Ambito 2 _____

Ambito 3 _____

3. *I tuoi punti di forza!*

Da quanto contenuto in questa relazione, probabilmente, è emerso anche qualcosa che potresti cercare di **migliorare.
Scrivi qui sotto ciò che a tuo avviso dovresti considerare con maggior attenzione e per cosa sarebbe opportuno che ti dessi un po' da fare per poter registrare alcuni miglioramenti.**



Non sarebbe male se mi dessi un po' da fare per

1.2 Le capacità di affrontare situazioni difficili e di risolvere problemi

La vita scolastica e quella lavorativa richiedono una consistente capacità di analizzare ed affrontare problematiche spesso difficili ed impreviste.

Quello studente e quella studentessa, così come quel lavoratore o quella lavoratrice, che manifestano maggiori capacità di gestire delle situazioni difficili si daranno più da fare per risolverle, acquisteranno maggiori abilità e generalmente vengono più apprezzati dagli altri.

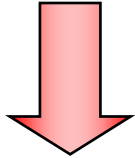
Per questo motivo riteniamo importante che tu possa considerare questi fattori in prospettiva del tuo futuro.

1.2 *Le capacità di affrontare situazioni difficili e di risolvere problemi*

1

Autoefficacia nelle proprie capacità di risoluzione di problemi, ovvero il grado di fiducia che una persona nutre nei confronti delle proprie capacità di far fronte a situazioni difficili. Si tratta di un indice di sicurezza, di fiducia, che, se presente, può aiutare a gestire le difficoltà incontrate.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



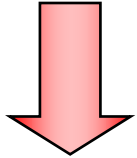
si è rivelato utile cercare di affrontare con una certa sistematicità le situazioni difficili, più che evitarle, a cominciare da quelle più semplici [individuando diverse modalità di risoluzione, la loro diversa vantaggiosità e le modalità di perseguimento di quella scelta] per poter aumentare la sensazione di **potercela fare.**

1.2 *Le capacità di affrontare situazioni difficili e di risolvere problemi*

2

Tendenza ad affrontare le situazioni difficili, ovvero la propensione ad affrontare od evitare le situazioni difficili che richiedono abilità di risoluzione di problemi.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



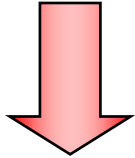
può essere utile tenere presente che la tendenza ad evitare le difficoltà, da un lato, può far sì che le difficoltà permangano e addirittura diventino più consistenti, e dall'altro, che si cominci a pensare che si è poco capaci e che è meglio **lasciar fare agli altri.**

1.2 *Le capacità di affrontare situazioni difficili e di risolvere problemi*

3

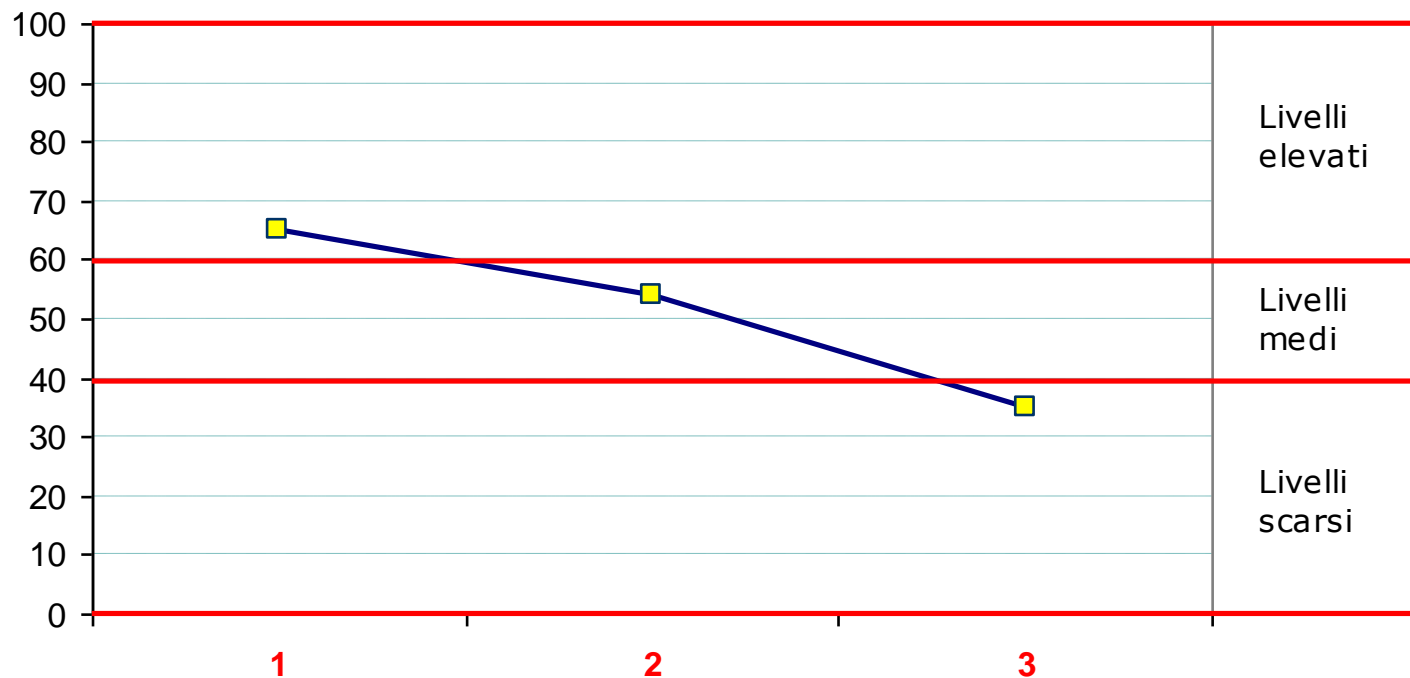
Capacità di autocontrollo, ovvero quanto una persona ritiene di poter tenere sotto controllo le proprie emozioni anche in presenza di situazioni problematiche.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



può essere utile tenere presente che le capacità di autocontrollo si possono migliorare, cercando, ad esempio, nel corso di situazioni difficili, di ricorrere ad esercizi di respirazione, di ripetersi più volte la parola **calma, di allontanarsi per un po' dalla situazione ed effettuare esercizi di rilassamento.**

1.2 Le capacità di affrontare situazioni difficili e di risolvere problemi



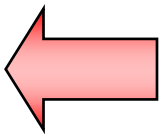
Legenda grafico 1.2

- 1** = Autoefficacia nelle proprie capacità di risoluzione di problemi
- 2** = Tendenza ad affrontare le situazioni difficili
- 3** = Capacità di autocontrollo

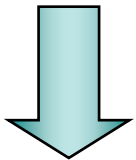
3. *I tuoi punti di forza!*

B

A proposito delle mie **capacità di affrontare situazioni difficili e risolvere problemi** posso contare sul fatto che mi considero una persona che presenta



riesamina il contenuto del grafico 1.2

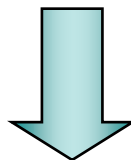


riporta qui sotto, in ordine decrescente, gli ambiti che hanno ottenuto punteggi elevati

- Ambito x _____
- Ambito y _____
- Ambito z _____

3. *I tuoi punti di forza!*

Da quanto contenuto in questa relazione, probabilmente, è emerso anche qualcosa che potresti cercare di **migliorare.
Scrivi qui sotto ciò che a tuo avviso dovresti considerare con maggior attenzione e per cosa sarebbe opportuno che ti dessi un po' da fare per poter registrare alcuni miglioramenti.**



Non sarebbe male se mi dessi un po' da fare per

2.1 Gli interessi e le credenze di efficacia

Un'attività o una professione può esercitare diversi livelli di attrazione. Generalmente si ritiene che i livelli di successo che lo svolgimento di una attività può far registrare e la quantità di soddisfazione con la quale la medesima può essere svolta dipendano essenzialmente da due requisiti:

- a) dall'**interesse** che la persona avverte nei confronti di specifiche attività e compiti;
- b) da quanto una persona ritiene di essere in grado di svolgerla con competenza (**credenze di efficacia**).

2.1 *Gli interessi e le credenze di efficacia: gli ambiti*

1

Interessi e credenze di efficacia di tipo **realistico** cioè verso attività che prevedono l'uso di oggetti, attrezzature e macchinari e che richiedono competenze tecnico-meccaniche (ad esempio, costruire oggetti, smontare e rimontare cose, osservare qualcuno che aggiusta qualche cosa ecc.).

2

Interessi e credenze di efficacia di tipo **investigativo** cioè verso attività che richiedono l'osservazione della realtà, l'utilizzo di procedure scientifiche di analisi e di verifica e capacità di tipo analitico (capire come funzionano le cose, seguire ed osservare una dimostrazione scientifica, guardare in un microscopio ecc.).

2.1 *Gli interessi e le credenze di efficacia: gli ambiti*

3

Interessi e credenze di efficacia di tipo **artistico** cioè verso attività che sono caratterizzate dalla produzione di qualcosa di nuovo in ambiti diversi (verbali, musicali, espressivi ecc.) e che richiedono capacità di tipo creativo (ad esempio, dipingere, scrivere una storia ecc.).

4

Interessi e credenze di efficacia di tipo **sociale** cioè verso attività che prevedono il contatto con gli altri al fine di fornire loro assistenza, educazione, informazioni e cure e che richiedono pertanto frequenti relazioni tra persone (parlare con gli amici, aiutare gli altri a sentirsi bene, prendersi cura delle persone malate ecc.).

2.1 *Gli interessi e le credenze di efficacia: gli ambiti*

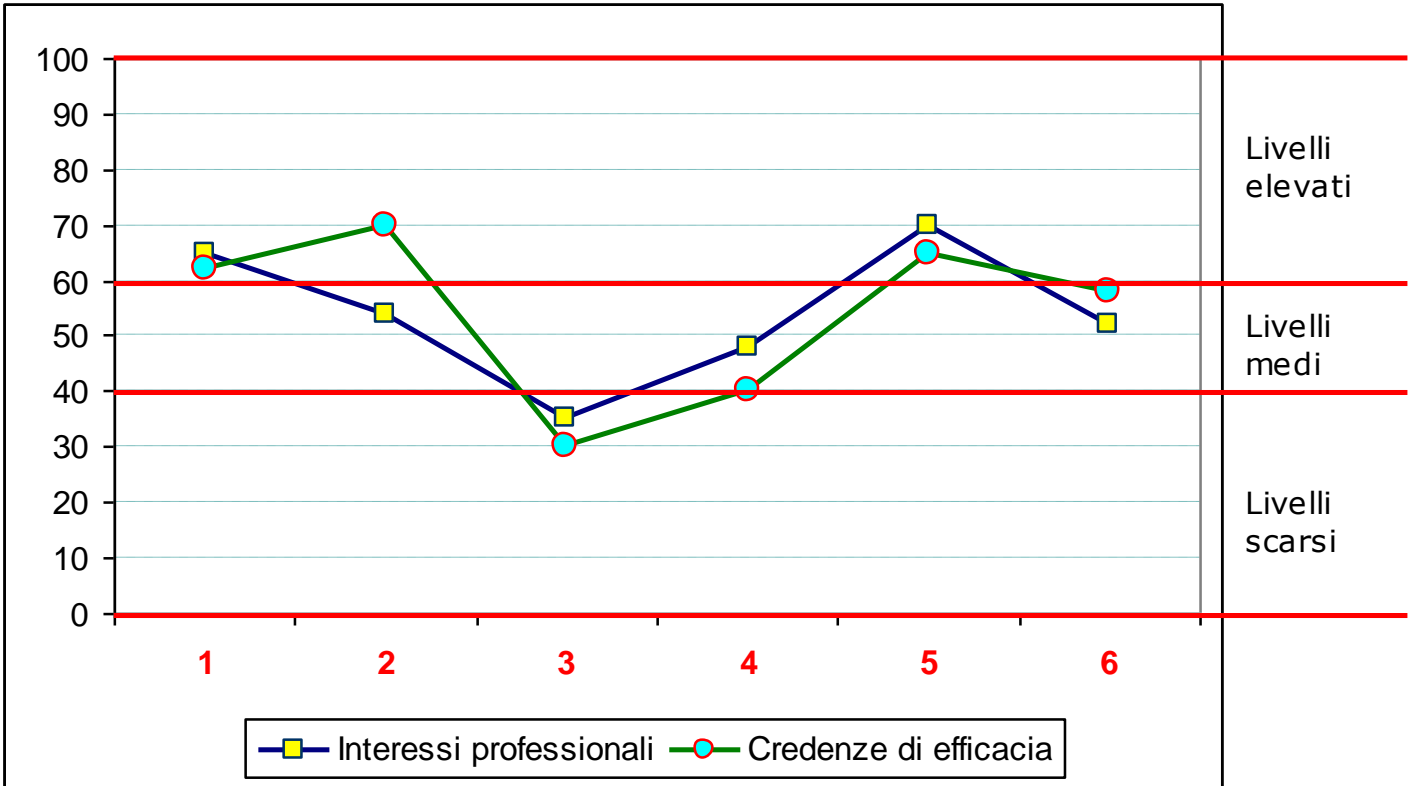
5

Interessi e credenze di efficacia di tipo **intraprendente** cioè verso attività che si propongono di esercitare influenza sugli altri e che richiedono, soprattutto, molta iniziativa personale (ad esempio, vendere cose, essere il leader di un gruppo, tenere un discorso davanti ad un gruppo di persone ecc.).

6

Interessi e credenze di efficacia di tipo **convenzionale** cioè verso attività che richiedono di operare con sistematicità al fine di elaborare ed archiviare dati, la conoscenza e l'accettazione delle norme e delle regole della vita aziendale (avere a che fare con i numeri, tenere le cose in ordine, contare e classificare cose ecc.).

2.1 Gli interessi e le credenze di efficacia



Legenda grafico 2.1 – Interessi e credenze di efficacia per l'area

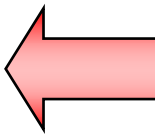
- 1 = Realistica**
- 2 = Investigativa**
- 3 = Artistica**

- 4 = Sociale**
- 5 = Intraprendente**
- 6 = Convenzionale**

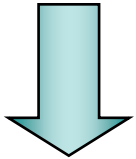
3. *I tuoi punti di forza!*



I miei interessi professionali sono soprattutto i seguenti



considera il contenuto del grafico 2.1 (punti T – Interessi)



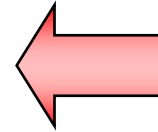
riporta qui sotto gli ambiti che hanno ottenuto punteggi elevati (almeno due)

- Ambito 1** _____
- Ambito 2** _____
- Ambito n** _____

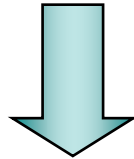
3. *I tuoi punti di forza!*

D

Le mie **credenze di efficacia** a proposito di ciò che mi considero in grado di svolgere ed apprendere riguardano soprattutto i seguenti



considera il contenuto del grafico 2.1 (punti T – Efficacia)



riporta qui sotto, in ordine decrescente, gli ambiti che hanno ottenuto i punteggi più elevati (almeno due)

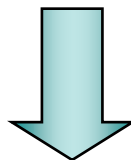
Ambito 1 _____

Ambito 2 _____

Ambito n _____

3. *I tuoi punti di forza!*

Da quanto contenuto in questa relazione, probabilmente, è emerso anche qualcosa che potresti cercare di **migliorare.
Scrivi qui sotto ciò che a tuo avviso dovresti considerare con maggior attenzione e per cosa sarebbe opportuno che ti dessi un po' da fare per poter registrare alcuni miglioramenti.**



Non sarebbe male se mi dessi un po' da fare per

2.2 Gli atteggiamenti nei confronti della progettazione del proprio futuro

Il mondo del lavoro sta subendo dei cambiamenti, che i giovani devono tenere in considerazione per decidere bene circa il loro futuro.

Per costruire il proprio futuro viene considerato importante che gli studenti:

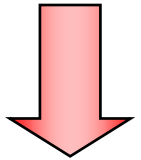
- siano ottimisti,
- esplorino, siano curiosi
- capaci di stare positivamente con gli altri.

2.2 *Gli atteggiamenti nei confronti della progettazione del proprio futuro*

1

La propensione a pensare positivamente al proprio futuro professionale. Pensando al proprio futuro può essere importante nutrire una certa dose di ottimismo e sapere che ciò che si fa oggi può influenzare ciò che si farà nel futuro.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



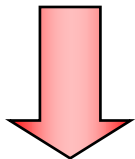
può essere utile cominciare a pensare che gli sforzi compiuti oggi possono contribuire al successo di domani e cominciare a programmare per tempo il perseguimento dei propri obiettivi.

2.2 *Gli atteggiamenti nei confronti della progettazione del proprio futuro*

2

La curiosità e il desiderio di esplorare nuove opportunità e possibilità, anche relative alla sfera professionale. Se si è interessati alle novità e se si dimostra una certa dose di curiosità, per attività scolastiche, lavorative e di tempo libero, si possono scoprire opportunità e possibilità a volte impensate e, al contempo, si imparano più cose su se stessi, su ciò che gli altri pensano e provano, su come funziona il mondo, compreso quello del lavoro.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



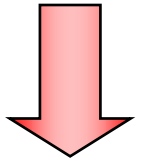
può essere utile tenere presente che la curiosità può essere **sviluppata accettando nuove esperienze, nuove relazioni, nuove assunzioni di responsabilità e svolgendo anche nuovi compiti ed attività.**

2.2 *Gli atteggiamenti nei confronti della progettazione del proprio futuro*

3

La capacità di instaurare relazioni positive e di collaborare con gli altri. Nell'ambiente scolastico e lavorativo, le persone che ricorrono a queste abilità sociali hanno maggiore successo e sono apprezzate dagli altri.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]



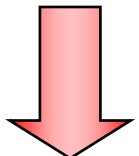
può essere utile tenere presente che le abilità sociali si possono migliorare, cercando in primo luogo di ascoltare attentamente quello che gli altri ci vogliono dire, manifestando sensibilità e comunicando in modo adeguato i propri desideri.

2.2 *Gli atteggiamenti nei confronti della progettazione del proprio futuro*

4

La propensione a pensare che si hanno le giuste capacità per far quel che sta a cuore. Pensare che si hanno le capacità per far fronte ad eventuali ostacoli ai propri progetti formativi è importante per continuare a darsi da fare. Si fa riferimento al considerarsi motivati, in grado di far fronte ai successivi studi ecc.

In presenza di punteggi bassi [inferiori a 39]

 può essere utile tenere presente che le giuste capacità possono essere sviluppate con l'impegno. Si può imparare a diventare **più motivati e più sicuri e grintosi** nei confronti della scuola.

2.2 Gli atteggiamenti nei confronti della progettazione del proprio futuro



Legenda grafico 1.2

1 = Propensione a pensare positivamente al proprio futuro professionale

2 = Curiosità e desiderio di esplorare nuove opportunità e possibilità

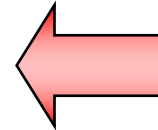
3 = Capacità di instaurare relazioni positive e di collaborare con gli altri

4 = Propensione a pensare che si hanno le giuste capacità per far quel che sta a cuore

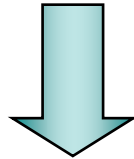
3. *I tuoi punti di forza!*

E

A proposito degli **atteggiamenti** che tendo ad assumere nei confronti della **progettazione del futuro** alcuni di essi mi risulteranno sicuramente utili



considera il contenuto del grafico 2.2

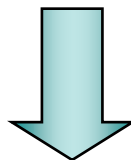


riporta qui sotto, l'atteggiamento che ha ottenuto il punteggio più consistente

Atteggiamento _____

3. *I tuoi punti di forza!*

Da quanto contenuto in questa relazione, probabilmente, è emerso anche qualcosa che potresti cercare di **migliorare.
Scrivi qui sotto ciò che a tuo avviso dovresti considerare con maggior attenzione e per cosa sarebbe opportuno che ti dessi un po' da fare per poter registrare alcuni miglioramenti.**



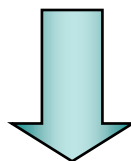
Non sarebbe male se mi dessi un po' da fare per

3. I tuoi punti di forza

Ora tocca a te! Dopo aver letto con attenzione questa relazione puoi fare una sintesi dei tuoi punti di forza annotando brevemente tutti gli aspetti positivi che sono emersi e quindi le tue potenzialità.

3. *I tuoi punti di forza!*

Ora che hai sott'occhio la sintesi dei tuoi punti di forza cosa pensi di fare dopo il completamento della scuola media?



Cosa potrebbe essere maggiormente vantaggioso per te?
