

ALLEGATO D: SCHEDA DI AUTOANALISI (compilazione a cura dell'alunno)

SCHEDA DI AUTO- RIFLESSIONE		
ALUNNO _____ CLASSE _____ DATA _____		
I MIEI COMPORTAMENTI	FREQUENZA (SPESSE / DI RADO/ MAI)	MOTIVAZIONE
Mi arrabbio facilmente		
Rompo qualcosa		
Urlo contro qualcuno		
Uso parolacce		
Insulto le persone		
Strattono le persone		
Colpisco con forza le persone		
Altro:		
LE COSE CHE MI FANNO "SCATTARE"	FREQUENZA (SPESSE / DI RADO/ MAI)	MOTIVAZIONE
Se gli altri non mi ascoltano		
Se c'è troppo rumore		

Se non ottengo quello che voglio		
Se mi sento escluso		
Se mi annoio		
Se non riesco a fare qualcosa in cui gli altri riescono		
Se gli altri non fanno quello che dico		
Se aspetto qualcosa che non succede		
Se mi sento troppo sotto pressione		
Se si cerca di impormi qualcosa		
Altro:		

COSA VORREI CHE GLI ADULTI FACESSERO QUANDO “STO PER SCATTARE”:		
Ascoltarmi	<input type="checkbox"/> SÌ	<input type="checkbox"/> NO
Parlare a voce bassa	<input type="checkbox"/> SÌ	<input type="checkbox"/> NO
Darmi una pausa per stare per conto mio	<input type="checkbox"/> SÌ	<input type="checkbox"/> NO
Altro:		

COSA GLI ADULTI NON DOVREBBERO FARE QUANDO “STO PER SCATTARE”:		
Urlarmi contro	<input type="checkbox"/> SÌ	<input type="checkbox"/> NO
Ricordarmi le regole	<input type="checkbox"/> SÌ	<input type="checkbox"/> NO
Starmi addosso	<input type="checkbox"/> SÌ	<input type="checkbox"/> NO
Altro:		