

**The Italian Behavioral, Emotional, and Social Skills Inventory, 96-item Short Form
(BESSI-I-96)
Self-Report Form**

Istruzioni

Di seguito troverai una lista di attività o cose che potresti saper fare. Per ciascuna, indica quanto bene sai fare quella cosa. Per esempio, quanto bene riesci *a seguire le istruzioni per un compito*? Ricorda che saper fare bene qualcosa potrebbe essere diverso da quanto spesso fai quella cosa o quanto ti piace farla. Per ciascuna attività, dovresti valutare quanto bene sai fare quella cosa.

Se ti senti stanco, fai pure una piccola pausa ogni tanto.

Seleziona la risposta che meglio indica quanto bene sai fare queste cose

1	2	3	4	5
Per niente bene	Non molto bene	Abbastanza bene	Molto bene	Benissimo

- | | |
|---|--|
| <p>1. Essere a capo di un gruppo.</p> <p>2. Immedesimarsi nei sentimenti altrui.</p> <p>3. Presentarmi in orario.</p> <p>4. Comprendere concetti difficili.</p> <p>5. Smettere di preoccuparmi per qualcosa</p> <p>6. Organizzare i miei spazi (es. scrivania, camera, ufficio)</p> <p>7. Trovare le forze di portare a termine le cose.</p> <p>8. Vedere il buono nelle persone.</p> <p>9. Ripetere un compito con costanza.</p> <p>10. Capire le mie emozioni.</p> <p>11. Guardare al lato positivo delle cose.</p> <p>12. Continuare a svolgere un compito finché non è completo.</p> <p>13. Avere la meglio nei dibattiti.</p> <p>14. Far sentire gli altri a proprio agio.</p> <p>15. Curare i dettagli.</p> <p>16. Usare l'immaginazione.</p> <p>17. Esprimere i miei pensieri e i sentimenti</p> <p>18. Seguire le istruzioni.</p> <p>19. Provare cose nuove.</p> <p>20. Calmarmi quando mi sento arrabbiato.</p> <p>21. Gestire le mie responsabilità.</p> <p>22. Comprendere informazioni complesse.</p> | <p>23. Lavorare come parte di un gruppo.</p> <p>24. Pormi obiettivi chiari.</p> <p>25. Conoscere nuove persone.</p> <p>26. Credere in me stesso.</p> <p>27. Ponderare bene le decisioni.</p> <p>28. Disegnare o dipingere.</p> <p>29. Assumermi le mie responsabilità quando sbaglio.</p> <p>30. Resistere alle tentazioni.</p> <p>31. Fare le mie scelte.</p> <p>32. Conoscere altre culture.</p> <p>33. Pormi come un leader.</p> <p>34. Vedere le cose dal punto di vista di un'altra persona.</p> <p>35. Rispettare una tabella di marcia.</p> <p>36. Discutere di argomenti e idee complesse.</p> <p>37. Calmarmi quando mi sento in ansia.</p> <p>38. Mantenere le cose pulite e ordinate.</p> <p>39. Mantenere un alto livello di energia nel fare le cose.</p> <p>40. Perdonare con facilità.</p> <p>41. Svolgere lo stesso compito più e più volte.</p> <p>42. Porre attenzione ai miei pensieri e sentimenti.</p> <p>43. Rimanere ottimista quando succede qualcosa di brutto.</p> |
|---|--|

44. Lavorare in modo efficiente, senza perdere tempo.
45. Dire la mia quando non sono d'accordo con gli altri.
46. Andare d'accordo con gli altri.
47. Trovare e correggere gli errori.
48. Inventare cose.
49. Dire agli altri come mi sento.
50. Fare ciò che sono tenuto a fare.
51. Provare qualcosa che non mi è familiare.
52. Controllare la mia irritabilità.
53. Ricordarmi delle mie promesse e dei miei impegni.
54. Imparare velocemente.
55. Lavorare con gli altri per un obiettivo comune.
56. Fare dei piani per raggiungere un obiettivo.
57. Parlare con le persone.
58. Trovare buone ragioni per essere contento di come sono.
59. Pensare prima di agire.
60. Fare arte.
61. Trattenermi dal mentire o dall'imbrogliare.
62. Controllare i miei impulsi.
63. Riuscire a fare le cose da solo.
64. Comprendere le persone di culture diverse.
65. Prendere in mano la situazione.
66. Capire come si sentono gli altri.
67. Pianificare il mio tempo
68. Riflettere intensamente sulle cose.
69. Tranquillizzarmi quando mi sento nervoso.
70. Rimettere le cose al proprio posto.
71. Restare motivato.
72. Avere fiducia negli altri.
73. Svolgere compiti di routine o ripetitivi.
74. Riflettere su me stesso e la mia vita.
75. Mantenere un atteggiamento positivo.
76. Concentrarmi sul compito.
77. Avere la meglio in una discussione.
78. Fare una bella impressione agli altri.
79. Ricontrollare il mio lavoro.
80. Farsi venire nuove idee.
81. Spiegare cosa mi passa per la testa.
82. Rispettare le regole.
83. Adattarmi ai cambiamenti.
84. Evitare di arrabbiarmi.
85. Mantenere le promesse.
86. Trovare soluzioni logiche ai problemi.
87. Cooperare con gli altri.
88. Lavorare per raggiungere i miei obiettivi.
89. Iniziare una conversazione.
90. Vedere le mie buone qualità.
91. Pensare attentamente alle conseguenze delle mie decisioni.
92. Scrivere storie o poesie.
93. Essere onesto con gli altri.
94. Trattenermi dall'agire in modo impulsivo.
95. Portare a termine le cose per conto mio.
96. Comprendere e rispettare culture diverse.