

Valutazione della motivazione a fornire una prestazione

Cognome :			
Nome :			
Sesso:		Data di nascita:	
Luogo:		Data:	

Il presente questionario si compone di una serie di affermazioni. Tu devi decidere quanto ognuna di queste affermazioni ti corrisponde e apporre una crocetta alla risposta più appropriata. Le risposte spaziano da "non mi corrisponde per niente" a "mi corrisponde pienamente".

Le risposte del questionario non sono né giuste né sbagliate. Si tratta di valutare il più precisamente possibile l'affermazione dal tuo punto di vista, tenendo presente i seguenti punti:

- Valuta le affermazioni in base a diverse situazioni: allenamento e gara.
- Non soffermarti troppo a lungo su una domanda. Nella maggior parte dei casi le risposte spontanee sono le migliori.

**Questionario sulla «tendenza comportamentale che favorisce la motivazione»
(Speranza di vincere o paura di perdere?)**

	1 non mi corrisponde per niente	2 mi corrisponde poco (solo in parte)	3 mi corrisponde abbastanza (in gran parte)	4 mi corrisponde pienamente	
1	Quando pratico sport mi piace provare a fare delle cose che sono un po' difficili per me.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Nello sport mi piacciono le situazioni che mi permettono di valutare quanto sono bravo(a).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Quando pratico sport e non riesco a portare a termine un determinato compito mi assale l'insicurezza o la paura.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4	Nello sport mi stimolano i compiti difficili da eseguire.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5	Nello sport non mi piace impegnarmi quando non sono sicuro di riuscire.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6	Nello sport mi turbano i compiti che esigono un'elevata prestazione e sono difficili da eseguire.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7	Nello sport mi stimolano le situazioni che mi permettono di testare le mie capacità.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8	Di fronte a sfide sportive che penso di poter superare ho comunque paura di non farcela.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9	Nello sport mi piace essere confrontato con un compito difficile da eseguire.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10	Nello sport mi turba fare qualcosa quando non sono sicuro di esserne capace.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Questionario riguardante «l'orientamento verso gli obiettivi»

(migliorare da soli o essere migliori degli altri?)

	1 non mi corrisponde per niente	2 mi corrisponde poco (solo in parte)	3 mi corrispond e abbastanza (in gran parte)	4 mi corrisponde pienamente
1 Per me è importante dimostrare di essere migliore degli altri.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2 Paragono le mie prestazioni a quelle degli altri.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3 Per me è importante continuare a provare anche quando commetto degli errori.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4 Per me è importante riuscire meglio degli altri.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5 Per me è importante continuare a migliorare le mie capacità.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6 Osservo soprattutto se sono migliore degli altri.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7 Per me è importante continuare a migliorare e a progredire.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8 Cerco sempre di dare il meglio di me.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9 Quando ho imparato a fare delle nuove cose vorrei continuare ad impararne altre.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>