



# ISFOL



A. Grimaldi – C. Ghislieri

## QUESTIONARIO DI ATTRIBUZIONE "SE CAPITASSE A ME"

FOTOCOPIABILE



*In collaborazione con il Dipartimento di Psicologia – Università degli Studi di Torino*

*Questo questionario può aiutarti a conoscere meglio le modalità con cui interpreti gli eventi, le situazioni in cui ti puoi trovare coinvolta/o, nella vita quotidiana, con riferimento a diversi ambiti (la scuola, la famiglia, il tempo libero, ...).*

*Il questionario è composto da:*

- 1. 30 situazioni di successo, per ciascuna delle quali è formulato un pensiero che si riferisce alla possibile causa del successo stesso;*
- 2. 21 situazioni di insuccesso, per ciascuna delle quali è formulato un pensiero che si riferisce alla possibile causa dell'insuccesso.*

*Senza riflettere troppo a lungo sulle situazioni, ti chiediamo di provare a rispondere (anche se ti sembra di non esserti mai trovato/a in una situazione simile e sapendo che non esiste una risposta "giusta" o una risposta "sbagliata"), indicando su una scala da 1 a 5 - dove 1 corrisponde a "per nulla" e 5 a "del tutto" – quanto è probabile che, in quella situazione, avresti pensato la stessa cosa.*

*La compilazione dell'intero questionario dovrebbe richiedere 20 minuti circa.*

*Per aiutarti ti forniamo un esempio che possiamo compilare insieme. Leggi la situazione e il pensiero...*

*Esempio*

***Hai vinto una borsa di studio...***

***Pensi che sia tutto merito del tuo impegno***

① ② ③ ④ ⑤

*Se ti è capitato [o se ti dovesse capitare] di vincere una borsa di studio, quanto è probabile che tu pensi che sia merito del tuo impegno?*

## Successi

PER NULLA ① ② ③ ④ ⑤ DEL TUTTO

1	<b>Sei riuscito/a a migliorare la tua posizione lavorativa...</b>	
	Pensi che il tuo impegno sia stato riconosciuto	① ② ③ ④ ⑤
2	<i>Hai superato il test di ingresso all'università...</i>	
	Pensi che ti abbia aiutato molto prepararti con i tuoi amici	① ② ③ ④ ⑤
3	<i>Sul lavoro stai andando benissimo...</i>	
	Pensi che sia merito dell'aiuto che ti hanno dato i tuoi colleghi	① ② ③ ④ ⑤
4	<i>Sei riuscito/a a migliorare il tuo rendimento scolastico...</i>	
	Pensi di avere buone capacità	① ② ③ ④ ⑤
5	<i>Riesci bene nel lavoro...</i>	
	Pensi che la tua occupazione sia molto facile	① ② ③ ④ ⑤
6	<i>Riesci ad adattarti ad ogni situazione lavorativa...</i>	
	Pensi di poter fare quello che vuoi se ti impegni	① ② ③ ④ ⑤
7	<i>La tua attività lavorativa sta andando a gonfie vele...</i>	
	Pensi che sia perché ti stai impegnando moltissimo	① ② ③ ④ ⑤
8	<i>La tua squadra di pallavolo ha vinto il torneo della scuola...</i>	
	Pensi che fosse una prova semplice	① ② ③ ④ ⑤
9	<b>Hai superato un esame universitario...</b>	
	Pensi che alla fine non era così difficile	① ② ③ ④ ⑤
10	<i>Hai terminato brillantemente gli studi...</i>	
	Pensi di aver avuto molta fortuna	① ② ③ ④ ⑤
11	<i>Hai superato il test di ingresso all'università...</i>	
	Pensi che sia tutto merito del tuo impegno	① ② ③ ④ ⑤
12	<i>Hai vinto una partita di tennis...</i>	
	Pensi che fosse un torneo molto facile	① ② ③ ④ ⑤
13	<i>I tuoi genitori sono molto soddisfatti del tuo andamento scolastico...</i>	
	Pensi di esserti impegnato/a moltissimo	① ② ③ ④ ⑤
14	<i>Hai superato un esame molto difficile...</i>	
	Pensi di avere delle buone capacità	① ② ③ ④ ⑤
15	<i>Hai superato un colloquio di lavoro...</i>	
	Pensi che le domande fossero proprio facili	① ② ③ ④ ⑤
16	<i>La tua attività lavorativa sta andando a gonfie vele...</i>	
	Pensi che sia perché sei stato/a molto fortunato/a	① ② ③ ④ ⑤
17	<i>Hai superato al primo colpo l'esame di guida...</i>	
	Pensi che sia perché hai avuto fortuna	① ② ③ ④ ⑤
18	<i>Hai preso trenta e lode al tuo primo esame universitario...</i>	
	Pensi che ti abbia aiutato molto prepararti con i tuoi amici	① ② ③ ④ ⑤
19	<i>Hai superato un colloquio di lavoro...</i>	
	Pensi di essere stato/a molto brillante	① ② ③ ④ ⑤
20	<i>Hai superato il test di ingresso all'università...</i>	
	Pensi di essere stato/a fortunato/a	① ② ③ ④ ⑤
21	<i>Hai preso un voto decente a un esame universitario che non ti piaceva proprio...</i>	
	Pensi di aver avuto molta fortuna	① ② ③ ④ ⑤
22	<i>Hai aiutato tua sorella in un momento di crisi...</i>	
	Pensi di essere riuscito/a a capire i suoi problemi	① ② ③ ④ ⑤
23	<i>Hai preso trenta e lode al tuo primo esame universitario...</i>	
	Pensi: "Che fortuna!"	① ② ③ ④ ⑤
24	<i>Hai portato a termine con successo un lavoro...</i>	
	Pensi che non era poi così difficile	① ② ③ ④ ⑤
25	<i>Hai organizzato un bel week-end con gli amici....</i>	
	Pensi di esserti dato/a molto da fare	① ② ③ ④ ⑤
26	<i>Hai superato il test di ingresso all'università...</i>	
		① ② ③ ④ ⑤

	Pensi che era proprio facile					
27	<i>Hai fatto pace con un amico...</i>					
	Pensi che sia merito del vostro gruppo di amici che vi ha fatto riunire	①	②	③	④	⑤
28	<i>Hai organizzato una festa molto divertente per il compleanno di tuo fratello...</i>					
	Pensi che il tuo impegno sia stato ripagato	①	②	③	④	⑤
29	<i>Hai migliorato il rapporto con tuo fratello/sorella...</i>					
	Pensi di esserti impegnato/a per stargli/le vicino	①	②	③	④	⑤
30	<i>Sei riuscito/a a migliorare la tua posizione lavorativa...</i>					
	Pensi di essere un/a lavoratore/lavoratrice competente	①	②	③	④	⑤

## Insuccessi

Per nulla ① ② ③ ④ ⑤ Del tutto

1	<i>Vai male in una materia...</i> Pensi che sia troppo complicata	① ② ③ ④ ⑤
2	<i>Un'interrogazione è andata male...</i> Pensi che le domande fossero troppo difficili	① ② ③ ④ ⑤
3	<i>Non vai d'accordo col tuo capo...</i> Pensi che lui non capisca il tuo talento	① ② ③ ④ ⑤
4	<i>Non sei riuscito/a a consegnare in tempo un lavoro...</i> Pensi di non esserti impegnato/a abbastanza	① ② ③ ④ ⑤
5	<i>Non sei riuscito/a a legare con i tuoi compagni di classe...</i> Pensi di non esserne stato/a capace	① ② ③ ④ ⑤
6	<i>Non sei ancora riuscito/a a trovare un lavoro...</i> Pensi di non avere le capacità giuste	① ② ③ ④ ⑤
7	<i>Non riesci ad aiutare gli amici in difficoltà...</i> Pensi di essere un/a incapace	① ② ③ ④ ⑤
8	<i>Non hai superato un esame piuttosto facile...</i> Pensi di essere stato sfortunato/a	① ② ③ ④ ⑤
9	<i>Non sei riuscito/a a stare vicino a un parente in crisi...</i> Pensi di essere incapace di aiutare gli altri	① ② ③ ④ ⑤
10	<i>Non hai ricevuto la promozione che aspettavi...</i> Pensi di essere stato/a penalizzato/a	① ② ③ ④ ⑤
11	<i>Non hai superato tutti gli esami che dovevi sostenere...</i> Pensi di non esserti impegnato/a a sufficienza	① ② ③ ④ ⑤
12	<i>I tuoi genitori sono scontenti del tuo andamento negli studi...</i> Pensi che sia perché non ti sei impegnato abbastanza	① ② ③ ④ ⑤
13	<i>I tuoi voti nell'ultimo mese sono in peggioramento...</i> Pensi che sia perché ti stai impegnando poco	① ② ③ ④ ⑤
14	<i>I tuoi genitori si lamentano perché non riesci a trovare un lavoro...</i> Pensi di non avere le capacità per trovarlo	① ② ③ ④ ⑤
15	<b>Hai preso un voto basso...</b> Pensi che quel compito era impossibile!	① ② ③ ④ ⑤
16	<i>Hai preso solo 18/30 a un esame del primo anno...</i> Pensi di essere stata davvero sfortunato/a	① ② ③ ④ ⑤
17	<i>Hai preso un voto basso...</i> Pensi di non esserti impegnato/a a sufficienza	① ② ③ ④ ⑤
18	<i>Hai perso il cellulare di tua sorella...</i> Pensi di essere stata davvero sfortunato/a	① ② ③ ④ ⑤
19	<i>Fai fatica a stringere nuove amicizie...</i> Pensi che sia davvero difficile conoscere nuove persone	① ② ③ ④ ⑤
20	<i>Fai scena muta a un esame...</i> Pensi di non aver studiato abbastanza	① ② ③ ④ ⑤
21	<i>Di fronte a un rimprovero di un tuo superiore non hai reagito...</i> Pensi di non avere il coraggio per gestire queste situazioni	① ② ③ ④ ⑤

## **APPENDICE 3**

**Griglie per il calcolo dei punteggi**



Unione europea  
Fondo sociale europeo

# ISFOL



MINISTERO DEL LAVORO  
E DELLE POLITICHE SOCIALI

Ufficio Centrale per l'Orientamento e  
la Formazione Professionale dei Lavoratori

## GRIGLIA PER CALCOLO PUNTEGGI - SUCCESSI "SE CAPITASSE A ME"



FOTOCOPIABILE

*In collaborazione con il Dipartimento di Psicologia – Università degli Studi di Torino*

NOME e COGNOME \_\_\_\_\_

LUOGO E DATA \_\_\_\_\_

**1. ATTRIBUZIONE INTERNA ALL'ABILITÀ PER SITUAZIONI DI SUCCESSO** (Sommare i valori di risposta segnati dal soggetto ai seguenti 9 item per ottenere il punteggio grezzo. Per ottenere il punteggio *stanine*, confrontare il punteggio grezzo con la tabella di conversione dei punteggi grezzi in punteggi *stanine*)

1 \_\_\_\_\_ +  
4 \_\_\_\_\_ +  
6 \_\_\_\_\_ +  
7 \_\_\_\_\_ +  
11 \_\_\_\_\_ +  
13 \_\_\_\_\_ +  
14 \_\_\_\_\_ +  
19 \_\_\_\_\_ +  
30 \_\_\_\_\_ +

**ITEM VALORE**

PUNTEGGIO GREZZO \_\_\_\_\_ PUNTEGGIO STANINE \_\_\_\_\_

**2. ATTRIBUZIONE ESTERNA AL COMPITO PER SITUAZIONI DI SUCCESSO** (Sommare i valori di risposta segnati dal soggetto ai seguenti 7 item per ottenere il punteggio grezzo. Per ottenere il punteggio *stanine*, confrontare il punteggio grezzo con la tabella di conversione dei punteggi grezzi in punteggi *stanine*)

5 \_\_\_\_\_ +  
8 \_\_\_\_\_ +  
9 \_\_\_\_\_ +  
12 \_\_\_\_\_ +  
15 \_\_\_\_\_ +  
24 \_\_\_\_\_ +  
26 \_\_\_\_\_ +

**ITEM VALORE**

PUNTEGGIO GREZZO \_\_\_\_\_ PUNTEGGIO STANINE \_\_\_\_\_

**3. ATTRIBUZIONE ESTERNA ALLA FORTUNA PER SITUAZIONI DI SUCCESSO** (Sommare i valori di risposta segnati dal soggetto ai seguenti 6 item per ottenere il punteggio grezzo. Per ottenere il punteggio *stanine*, confrontare il punteggio grezzo con la tabella di conversione dei punteggi grezzi in punteggi *stanine*)

	ITEM	VALORE
10 _____ +		
16 _____ +		
17 _____ +		
20 _____ +		
21 _____ +		
23 _____ +		

PUNTEGGIO GREZZO \_\_\_\_\_ PUNTEGGIO STANINE \_\_\_\_\_

**4. ATTRIBUZIONE ESTERNA AGLI ALTRI PER SITUAZIONI DI SUCCESSO** (Sommare i valori di risposta segnati dal soggetto ai seguenti 4 item per ottenere il punteggio grezzo. Per ottenere il punteggio *stanine*, confrontare il punteggio grezzo con la tabella di conversione dei punteggi grezzi in punteggi *stanine*)

	ITEM	VALORE
2 _____ +		
3 _____ +		
18 _____ +		
27 _____ +		

PUNTEGGIO GREZZO \_\_\_\_\_ PUNTEGGIO STANINE \_\_\_\_\_

**5. ATTRIBUZIONE INTERNA ALL'IMPEGNO PER SITUAZIONI DI SUCCESSO** (Sommare i valori di risposta segnati dal soggetto ai seguenti 4 item per ottenere il punteggio grezzo. Per ottenere il punteggio *stanine*, confrontare il punteggio grezzo con la tabella di conversione dei punteggi grezzi in punteggi *stanine*)

	ITEM	VALORE
22 _____ +		
25 _____ +		
28 _____ +		
29 _____ +		

PUNTEGGIO GREZZO \_\_\_\_\_ PUNTEGGIO STANINE \_\_\_\_\_

		PUNTEGGI STANINE								
		Scala Suc.	1	2	3	4	5	6	7	8
Femmine	1	9-27	28-30	31-33	34-36	37-38	39-40	41-42	43-44	45
	2	7-8	9-10	11-13	14-15	16-17	18-20	21-23	24-25	26-35
	3	6-7	8-9	10-11	12-13	14-16	17-18	19-20	21-23	24-30
	4	4-5	6-7	8	9-10	11	12-13	14	15-16	17-20
	5	4-10	11-12	13	14	15	16	17	18	19-20
Maschi	1	9-25	26-29	30-32	33-34	35-36	37-39	40-41	42-43	44-45
	2	7-9	10-12	13-14	15-16	17-18	19-20	21-22	23-25	26-35
	3	6	7-9	10-11	12-13	14-16	17-18	19-21	22-24	25-30
	4	4-5	6-7	8	9-10	11	12-13	14	15-16	17-20

	5	4-8	9-10	11	12-13	14	15	16	17-18	19-20
--	---	-----	------	----	-------	----	----	----	-------	-------



Unione europea  
Fondo sociale europeo

# ISFOL



MINISTERO DEL LAVORO  
E DELLE POLITICHE SOCIALI

Ufficio Centrale per l'Orientamento e  
la Formazione Professionale dei Lavoratori

## GRIGLIA PER CALCOLO PUNTEGGI - INSUCCESSI "SE CAPITASSE A ME"



FOTOCOPIABILE

*In collaborazione con il Dipartimento di Psicologia – Università degli Studi di Torino*

NOME e COGNOME \_\_\_\_\_  
LUOGO E DATA \_\_\_\_\_

**1. ATTRIBUZIONE INTERNA ALL'IMPEGNO PER SITUAZIONI DI INSUCCESSO** (Sommare i **valori** di risposta segnati dal soggetto ai seguenti 6 item per ottenere il punteggio grezzo. Per ottenere il punteggio *stanine*, confrontare il punteggio grezzo con la tabella di conversione dei punteggi grezzi in punteggi *stanine*)

4 \_\_\_\_\_ +  
11 \_\_\_\_\_ +  
12 \_\_\_\_\_ +  
13 \_\_\_\_\_ +  
17 \_\_\_\_\_ +  
20 \_\_\_\_\_ +

**ITEM VALORE**

PUNTEGGIO GREZZO \_\_\_\_\_ PUNTEGGIO STANINE \_\_\_\_\_

**2. ATTRIBUZIONE ESTERNA PER SITUAZIONI DI INSUCCESSO** (Sommare i **valori** di risposta segnati dal soggetto ai seguenti 8 item per ottenere il punteggio grezzo. Per ottenere il punteggio *stanine*, confrontare il punteggio grezzo con la tabella di conversione dei punteggi grezzi in punteggi *stanine*)

1 \_\_\_\_\_ +  
2 \_\_\_\_\_ +  
3 \_\_\_\_\_ +  
8 \_\_\_\_\_ +  
10 \_\_\_\_\_ +  
15 \_\_\_\_\_ +  
16 \_\_\_\_\_ +

**ITEM VALORE**

18 \_\_\_\_\_ +

PUNTEGGIO GREZZO \_\_\_\_\_ PUNTEGGIO STANINE \_\_\_\_\_

**3. ATTRIBUZIONE INTERNA ALL'ABILITÀ PER SITUAZIONI DI INSUCCESSO** (Sommare i valori di risposta segnati dal soggetto ai seguenti 7 item per ottenere il punteggio grezzo. Per ottenere il punteggio *stanine*, confrontare il punteggio grezzo con la tabella di conversione dei punteggi grezzi in punteggi *stanine*)

**ITEM VALORE**

5 \_\_\_\_\_ +

6 \_\_\_\_\_ +

7 \_\_\_\_\_ +

9 \_\_\_\_\_ +

14 \_\_\_\_\_ +

19 \_\_\_\_\_ +

21 \_\_\_\_\_ +

PUNTEGGIO GREZZO \_\_\_\_\_ PUNTEGGIO STANINE \_\_\_\_\_

	<b>PUNTEGGI STANINE</b>								
Scala Ins.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
1	6-12	13-16	17-18	19-21	22-23	24-25	26-27	28-29	30
2	8-13	14-16	17-18	19-20	21-23	24-26	27-28	29-31	32-40
3	7	8-9	10-11	12-14	15-16	17-19	20-21	22-24	25-35

## **APPENDICE 4**

**Foglio di profilo**



Unione europea  
Fondo sociale europeo

# ISFOL



MINISTERO DEL LAVORO  
E DELLE POLITICHE SOCIALI  
Ufficio Centrale per l'Orientamento e  
la Formazione Professionale dei Lavoratori

FOGLIO DI PROFILO  
**"SE CAPITASSE A ME"**



FOTOCOPIABILE

*In collaborazione con il Dipartimento di Psicologia – Università degli Studi di Torino*

**SUCCESSI**

1 2 3 4 5 6 7 8 9

ATTRIBUZIONE INTERNA ALL'ABILITÀ

ATTRIBUZIONE ESTERNA AL COMPITO

ATTRIBUZIONE ESTERNA ALLA FORTUNA

ATTRIBUZIONE ESTERNA AGLI ALTRI

ATTRIBUZIONE INTERNA ALL'IMPEGNO

**INSUCCESSI**

1 2 3 4 5 6 7 8 9

*ATTRIBUZIONE INTERNA ALL'IMPEGNO*

*ATTRIBUZIONE ESTERNA*

*ATTRIBUZIONE INTERNA ALL'ABILITÀ*

## APPENDICE 5

### **Tabelle**

Fonte: Elaborazione Isfol

<b>Se capitasse a me - Successi</b>
-------------------------------------

### 1. Attribuzione causale interna all'abilità - Alpha .78

	Scala media se l'item è escluso	Scala varianza se l'item è escluso	Correlazione del totale item corretta	Alfa di Cronbach se l'item è escluso
su_3	31,93	21,333	,502	,763
su_23	31,91	20,668	,584	,752
su_6	31,96	21,204	,538	,758
su_1	31,95	21,473	,448	,770
su_20	32,16	21,079	,432	,772
su_28	32,21	20,933	,490	,764
su_11	31,93	21,065	,508	,761
su_10	31,98	21,558	,356	,784
su_22	32,13	21,029	,438	,772

### Statistiche di scala

Media	Varianza	Deviazione stand.	N di item
36,02	26,072	5,106	9

### 2. Attribuzione causale esterna al compito - Alpha .75

	Scala media se l'item è escluso	Scala varianza se l'item è escluso	Correlazione del totale item corretta	Alfa di Cronbach se l'item è escluso
su_12	15,04	17,253	,433	,734
su_24	14,92	17,051	,543	,711
su_21	14,97	16,992	,476	,724
su_25	15,11	16,963	,533	,713
su_9	15,13	17,108	,449	,731
su_33	14,69	17,241	,482	,723
su_15	14,43	17,561	,399	,742

### Statistiche di scala

Media	Varianza	Deviazione stand.	N di item
17,38	22,450	4,738	7

### 3. Attribuzione causale esterna alla fortuna - Alpha .75

	Scala media se l'item è escluso	Scala varianza se l'item è escluso	Correlazione del totale item corretta	Alfa di Cronbach se l'item è escluso
<b>Statistiche di scala</b> su_30	12,34	17,112	,476	,730
su_32	12,64	15,711	,553	,708
su_29	12,75	16,652	,599	,700
su_17	12,81	16,524	,543	,712
su_26	12,68	16,553	,400	,756
su_13	12,70	17,598	,460	,733

Media	Varianza	Deviazione stand.	N di item
15,18	22,928	4,788	6

### 4. Attribuzione causale esterna agli altri - Alpha .61

Scala media se l'item è escluso	Scala varianza se l'item è escluso	Correlazione del totale item corretta	Alfa di Cronbach se l'item è escluso
---------------------------------	------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------

su_27	8,18	5,583	,530	,436
su_19	7,90	5,645	,495	,463
su_2	8,24	7,086	,292	,611
su_37	8,02	6,552	,280	,601

### Statistiche di scala

Media	Varianza	Deviazione stand.	N di item
10,78	9,791	3,129	4

### 5. Attribuzione causale interna all'impegno - Alpha .60

	Scala media se l'item è escluso	Scala varianza se l'item è escluso	Correlazione del totale item corretta	Alfa di Cronbach se l'item è escluso
su_39	11,36	4,405	,445	,483
su_38	11,34	4,588	,413	,509
su_35	11,42	4,962	,344	,561
su_31	11,22	4,970	,332	,570

### Statistiche di scala

Media	Varianza	Deviazione stand.	N di item
15,11	7,428	2,725	4

## Se capitasse a me - Insuccessi

### 1. Attribuzione causale interna all'impegno - Alpha .78

	Scala media se l'item è escluso	Scala varianza se l'item è escluso	Correlazione del totale item corretta	Alfa di Cronbach se l'item è escluso
in_18	18,20	16,100	,580	,737
in_16	18,48	16,485	,570	,740
in_17	18,42	16,185	,537	,748
in_26	18,40	16,569	,553	,744
in_33	18,25	16,521	,512	,754
in_7	18,53	17,305	,434	,773

### Statistiche di scala

Media	Varianza	Deviazione stand.	N di item
22,06	22,806	4,776	6

### 2. Attribuzione causale esterna - Alpha .68

	Scala media se l'item è escluso	Scala varianza se l'item è escluso	Correlazione del totale item corretta	Alfa di Cronbach se l'item è escluso
in_2	19,59	21,767	,417	,638
in_24 F	19,96	21,137	,451	,629
in_13	19,75	20,123	,419	,634
in_1	19,54	21,822	,374	,646
in_22	19,70	20,960	,413	,636
in_15	19,22	21,668	,345	,653
in_5	19,31	22,005	,331	,656
in_30	19,21	21,622	,238	,676

**Statistiche di scala**

Media	Varianza	Deviazione stand.	N di item
22,33	26,704	5,168	8

**3. Attribuzione causale interna all'abilità - Alpha .68**

	Scala media se l'item è escluso	Scala varianza se l'item è escluso	Correlazione del totale item corretta	Alfa di Cronbach se l'item è escluso
in_10	13,34	17,837	,468	,627
in_11	13,31	17,287	,469	,624
in_14	13,07	17,296	,471	,624
in_20	13,36	18,269	,445	,634
in_9	12,76	18,086	,326	,666
in_31	12,95	18,364	,312	,669
in_35	13,03	18,696	,276	,680

**Statistiche di scala**

Media	Varianza	Deviazione stand.	N di item
15,30	23,234	4,820	7