



# ORIENTAMENTO: CONSIGLI PER GLI STUDENTI

## GLI INGREDIENTI PER UNA SCELTA SODDISFACENTE

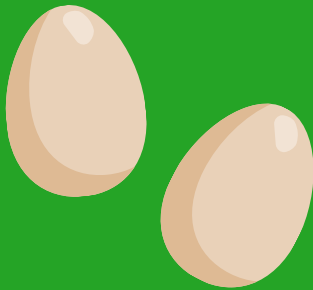
# Ingredienti per una scelta soddisfacente

SCEGLIERE UNA SCUOLA È COME PREPARARE UNA TORTA: BISOGNA SELEZIONARE BENE GLI INGREDIENTI SENZA DIMENTICARSI NULLA!



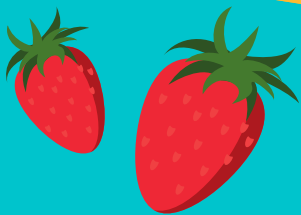
**Alcuni ingredienti indispensabili per la tua scelta sono:**

**Conoscere le alternative**



**Il confronto**

**Conoscenza di sè**



**Fiducia in sè stessi**

# 1 Conoscere le alternative



**SCEGLIERE RICHIEDE TEMPO ED IMPEGNO**



**Informarsi su quali sono le scuole nel tuo territorio è importante!**

Più fonti utilizzi per raccogliere informazioni più elementi avrai per scegliere consapevolmente!

## Come e dove raccogliere informazioni sulle scuole?

- partecipando agli **open day** e/o alle **visite virtuali**
- chiedendo ad **amici** e **conoscenti** che frequentano le scuole di tuo interesse
- leggendo materiale informativo come **guide** e **siti internet!**



# 2 Il confronto

Quando si riflette su quale scuola scegliere, bisognerebbe prima di tutto chiedersi:

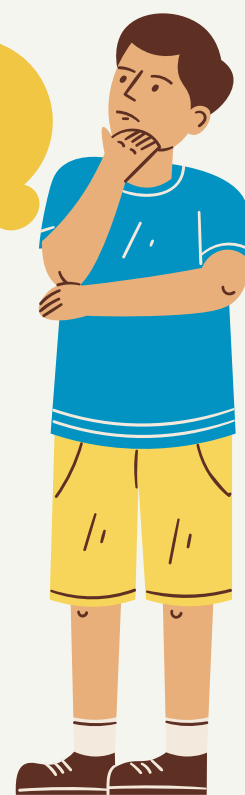
**“Quali sono i miei desideri?”**

Spesso le risposte a queste domande sono molte, ad esempio:

Mi piacerebbe scegliere una scuola dove si studiano soprattutto le materie che mi interessano

Mi piacerebbe che i miei amici fossero in classe con me

Mi piacerebbe andare a lavorare subito dopo il diploma



Confrontarti e parlare con le persone che ti stanno vicino (i tuoi genitori, i tuoi insegnanti, i tuoi amici, i tuoi compagni) **può aiutarti a prendere una decisione consapevole.**

Queste persone possono aiutarti a riflettere su te stesso, in particolare:

- **Agevolarti nel capire** quali sono i desideri più importanti per te, cioè quelli a cui non puoi rinunciare
- **Far emergere alcuni aspetti di te** (caratteristiche, abilità) che non avevi considerato prima del confronto
- **Collaborare con te per individuare la scuola** che risponde maggiormente alle tue aspettative

# 3 Conoscenza di sé

Per poter scegliere la scuola che più ti si addice, è fondamentale che tu conosca bene te stesso, i tuoi **interessi** e le tue **aspirazioni**. Per fare ciò, puoi provare a rispondere alle domande che trovi di seguito:

**Quali attività ti piace svolgere di più a scuola?  
Quali ti piacciono meno?  
Perché?**

*Es: Mi piace l'epica perché mi appassionano le storie*

**Quali attività preferisci svolgere fuori da scuola (es. a casa, con gli amici, ecc)? Perché? Quali aspetti ti piacciono di queste attività?**

*Es: Mi piace andare in piscina perché posso mettermi alla prova ogni volta e raggiungere nuovi traguardi*

**Cosa ti riesce particolarmente bene?**

*Si può trattare di attività scolastiche o di qualcosa legato alla vita di tutti i giorni, come ascoltare gli amici quando hanno bisogno di un consiglio*

**Quali sono le maggiori difficoltà che incontri nella vita di tutti i giorni?  
A cosa sono dovute?  
Come le affronti? Ci sono altri modi possibili di affrontarle che potresti utilizzare?**

Ricorda che le persone che ti stanno accanto ti conoscono bene e potrebbero aiutarti a riflettere su degli aspetti di te a cui normalmente non penseresti...

**Prova a chiedere anche alla tua famiglia e ai tuoi amici come risponderebbero a queste domande!**

# 4 Fiducia in sé stessi

**Un ingrediente importante è la convinzione di potercela fare!**

Tutti noi siamo bravi in qualcosa... bisogna solo trovare in che cosa!  
E il successo può essere raggiunto con una buona dose di impegno e interesse.

## Il diario della positività

Prova ad utilizzare qualche minuto per riflettere sulla giornata appena trascorsa e scrivere in un quaderno 2-3 frasi sulle esperienze positive che hai vissuto (che hanno suscitato in te interesse, ti hanno reso soddisfatto ecc.). Potrebbe essere impegnativo all'inizio, ma vedrai che più passa il tempo più facile sarà riconoscere gli aspetti positivi della giornata e di te stesso/a!

Ecco alcuni spunti per scrivere:

