

TEST SULL'AUTOPRESENTAZIONE DI SE'

VALUTAZIONE DEL PROPRIO MODO DI ESSERE E DI FARE:						
da 1 = Per niente in linea con il mio modo di essere e di fare						
a 5 = Totalmente in linea con il mio modo di essere e di fare						
1	Trovo difficile imitare il comportamento di altre persone	1	2	3	4	5
2	Il mio comportamento è solitamente espressione dei miei sentimenti, atteggiamenti, convinzioni	1	2	3	4	5
3	Durante feste o incontri sociali evito di fare o dire qualcosa solo per compiacere gli altri	1	2	3	4	5
4	Riesco a trovare argomenti solo per le idee nelle quali credo	1	2	3	4	5
5	Sono in grado di improvvisare discorsi anche su argomenti su cui so poco	1	2	3	4	5
6	Credo di essere in grado di mettermi in mostra per fare colpo sugli altri o per intrattenerli	1	2	3	4	5
7	Quando non so come comportarmi in una data situazione sociale, mi guardo in giro e prendo spunto dal modo di comportarsi degli altri	1	2	3	4	5
8	Probabilmente potrei essere un buon attore	1	2	3	4	5
9	Di rado ho bisogno del consiglio dei miei amici per scegliere film, libri, CD ..	1	2	3	4	5
10	Talvolta do l'impressione di provare emozioni più profonde di quanto non lo siano realmente	1	2	3	4	5
11	Rido di più se guardo o ascolto uno sketch divertente quando sono con gli altri piuttosto che quando sono solo	1	2	3	4	5
12	Trovandomi in un gruppo di persone, di rado sono al centro dell'attenzione	1	2	3	4	5
13	In situazioni differenti, o con persone diverse, mi comporto come se fossi di volta in volta una persona diversa	1	2	3	4	5
14	Non sono particolarmente bravo a rendermi simpatico agli altri	1	2	3	4	5
15	Anche quando non mi diverto, spesso fingo di essere di buon umore	1	2	3	4	5
16	Non sempre sono la persona che appare agli altri	1	2	3	4	5
17	Non sempre sono disposto a cambiare le mie opinioni o il mio modo di fare solo per piacere a qualcuno o per accattivarmi la sua simpatia	1	2	3	4	5
18	Sono considerato una persona capace di tener su la compagnia	1	2	3	4	5
19	E' proprio perché mi piace andare d'accordo con gli altri ed essere apprezzato che tendo ad essere ciò che le persone si aspettano da me	1	2	3	4	5
20	Non sono mai stato bravo nei giochi in cui bisogna mimare azioni o personaggi	1	2	3	4	5
21	Trovo difficile cambiare il mio comportamento per adattarmi alle persone in genere	1	2	3	4	5
22	Alle feste lascio agli altri l'iniziativa di raccontare barzellette e storielle	1	2	3	4	5
23	In compagnia mi sento goffo e non riesco a sembrare sciolto come dovrei	1	2	3	4	5
24	Posso guardare qualcuno negli occhi e mentire senza imbarazzo (se è per un giusto fine)	1	2	3	4	5
25	Riesco a dare l'impressione di essere amichevole anche con le persone che mi sono antipatiche	1	2	3	4	5

STRATEGIE DI AUTOPRESENTAZIONE

Calcolo dei risultati

Solo per le seguenti affermazioni:

NN. 1 – 2 – 3 – 4 – 9 – 12 – 14 – 17 – 20 – 21 – 22 – 23

convertire il punteggio assegnato nel seguente modo:

5 → 1 4 → 2 3 = 3 2 → 4 1 → 5

Fare la somma di tutti i punteggi relativi alle risposte fornite (convertiti e non convertiti). Si otterrà un punteggio compreso tra 25 e 125.

Questi due valori rappresentano i limiti estremi rispettivamente per:

BASSO AUTOMONITORAGGIO, da 25 a 59 e

ALTO AUTOMONITORAGGIO, da 91 a 125;

MEDIO AUTOMONITORAGGIO, da 60 a 90.

Le persone ad *alto automonitoraggio* si percepiscono come:

- facilmente adattabili e flessibili;
- abili nel diventare parte di qualsiasi situazione sociale;
- capaci di dimenticare o far scomparire i loro tratti più intimamente caratteristici, se questi entrano in contrasto con le richieste dell'ambiente.

A livello pratico:

- se la situazione in cui si trovano richiede conformismo, tendono ad adeguarsi alle opinioni del gruppo, mentre se la situazione richiede indipendenza di giudizio, esse diventano non conformiste;
- preferiscono accompagnarsi a degli esperti.

Le persone a *basso automonitoraggio* si percepiscono come:

- “tutte d'un pezzo”;
- non capaci, né motivate a regolare il loro comportamento espressivo nelle strategie di presentazione di sé;
- in grado di manifestare un comportamento che rispecchia gli stati interni, sia quelli momentanei, sia quelli stabili;
- incapaci di nascondere atteggiamenti, tratti di personalità, emozioni.

A livello pratico:

- mantengono la loro opinione e si comportano nella stessa maniera anche nelle situazioni in cui tale coerenza può risultare costosa;
- preferiscono accompagnarsi a persone che a loro assomigliano.