



STRATEGIE PER MOTIVARE ALLO STUDIO

- Tenere a mente il criterio di gradualità e la gestione della pianificazione delle attività per aumentare il senso di autoefficacia
- Scoprire le proprie risorse per poterle mettere in campo
- Dare valore all'errore, come spinta per poter migliorare o rinnovare il proprio metodo di studio
- Riconoscere i propri successi
- Trovare il proprio metodo per valorizzare la motivazione (es. tecnica del pomodoro, studio in gruppo, etc)