

APÉNDICE A
INVENTARIO DE ESTRATEGIAS VOLITIVAS ACADÉMICAS, INICIAL

Año:

Edad:.....

Sexo:.....

El Inventario de Estrategias Volitivas Académicas (IEVA)

INSTRUCCIONES:

Lee atentamente cada una de las frases expuestas a continuación.

Para cada frase elija una de las 5 modalidades de respuesta, la que interprete mejor su situación, siendo éstas:

Nunca

Rara Vez

Algunas veces

Muchas veces

Siempre

No hay respuestas buenas ni malas, lo que nos interesa es su opinión.

Le agradecemos de antemano su colaboración.

EJEMPLO:

	N	RV	AV	MV	S
Me gusta ir al cine			X		
Me gusta leer				X	

Cuando no puedo empezar con mis tareas o si me distraigo...

	N	RV	AV	MV	S
1. Me prometo que terminando de estudiar voy a adquirir algo que deseo tener o hacer (p.e., ir al cine, reunirme con amigos, un CD favorito).					
2. Me recuerdo que normalmente salgo bien en los exámenes y/o otras tareas cuando sigo un horario de estudio					
3. Pienso en lo decepcionados que van estar otros (familia/amigos) si salgo mal					
4. Si presento dificultades, llamo a un/a compañero/a de clase y pregunto todas las dudas que tenga.					
5. Me digo "puedes hacerlo!"					

	N	RV	AV	MV	S
6. Pienso en mis otros trabajos de clase y que si no empiezo o continuo estudiando, me retrasare en los deberes de mis otras asignaturas					
7. Pienso en los errores que he cometido en mis tareas y exámenes anteriores cuando he aplazado el estudio.					
8. Cuando no tengo ganas de estudiar, o quiero renunciar, pienso en tener que repetir el curso					
9. Me imagino avanzando en el trabajo, o contestando preguntas de examen sin mayor dificultad					
10. Pienso en lo bien (aliviado) que me sentiré cuando termine					
11. Pienso en la cantidad de tiempo que mis compañeros probablemente le dedican a su estudio y que obtendrán una mejor nota que yo					
12. Me digo “dedícate y concéntrate, es un deber/examen/ensayo importante”					
13. Pienso en los sacrificios que he hecho o que mis padres hacen para que continúe estudiando					
14. Pienso en modos interesantes o diferentes para hacer que estudiar me sea más divertido o desafiante					
15. Pienso en las metas que me he planteado (p.e como lo que haga ahora afectará mi futuro)					
16. A menudo busco usar algún método de relajación para concentrarme mejor en mis estudios					
17. Pienso en las posibles consecuencias negativas por no salir bien en el curso					
18. Pienso en mis capacidades y habilidades que me puedan ayudar con los trabajos difíciles o información para el examen					
19. Pienso en cosas que me hacen sentir bien cuando estoy preocupado por lo que debo realizar para este año.					
20. Repito en voz alta la información que estoy estudiando para evitar distraerme					