

Anexo III

Questionário de Ansiedade face aos Testes

Costumo...	Nunca	Raramente	Às vezes	Frequentemente	Sempre
1. Dormir mal uns dias antes do teste porque tenho medo de falhar e penso muitas vezes nisso.					
2. Antes do teste, ficar tão preocupado/a com a possibilidade de poder correr mal que nem aproveito o tempo que ainda tenho para estudar.					
3. Ficar muito preocupado/a e agitado/a antes dos testes importantes, penso que o teste pode correr mal e isso põe-me muito nervoso/a.					
4. Sentir-me muito perturbado/a e nervoso/a durante a realização dos testes.					
5. Começar a sentir-me muito nervoso/a antes da entrega e correção do teste.					
6. Durante o teste, quando alguém faz uma pergunta ao/à professor/a, tentar adivinhar qual foi a dúvida colocada					
7. Olhar para a cara dos meus colegas e tentar adivinhar se o teste lhes está a correr bem ou mal.					
8. Durante o teste, pensar como seria bom se eu fosse outra pessoa ou estivesse noutro sítio.					
9. Pensar como seria se eu tivesse a melhor nota da turma.					
10. Pensar se as respostas que dei no teste foram as melhores e estes pensamentos perseguem-me durante algum tempo.					