

SCALA DI SHEULSTER	Molto Male	Male, poco bene	Così così	Piuttosto bene	Molto bene
1. Mi ricordo le parole delle canzoni.					
2. Mi ricordo i motivi musicali delle canzoni.					
3. Riesco a riconoscere le canzoni alla radio.					
4. Mi ricordo le barzellette che leggo o sento raccontare.					
5. Rispetto ai miei amici, riesco a ricordare i particolari minori di un argomento o di una situazione.					
6. Mi ricordo le indicazioni per arrivare ad un posto sconosciuto.					
7. Mi ricordo dove ho lasciato penne, forbici, cappotti, ecc.					
8. Mi ricordo i sentimenti e le emozioni che mi suscitavano certi film.					
9. Mi ricordo i nomi di attori di TV, cinema, e di cantanti di dischi.					
10. Mi ricordo nomi e facce (dopo un lungo periodo di tempo).					

SCALA DI SHEULSTER	Molto Male	Male, poco bene	Così così	Piuttosto bene	Molto bene
11. Mi ricordo nomi nuovi (dopo avere appena incontrato delle persone).					
12. Mi ricordo la trama dei libri che ho letto durante l'ultimo anno.					
13. Mi ricordo le conversazioni che ho avuto con altre persone.					
14. Mi ricordo i sogni.					
15. Mi ricordo gli avvenimenti di quando ero molto piccolo					
16. Mi ricordo i sentimenti che ho provato mentre leggevo alcuni libri.					
17. Mi ricordo gli avvenimenti sociali o sportivi degli ultimi anni di scuola.					
18. Mi ricordo esperienze dolorose.					
19. Alcuni odori mi fanno ricordare certi avvenimenti.					
20. In generale, mi ricordo il passato.					

SCALA DI SHEULSTER	Molto Spesso	Spesso	Qualche volta	Raramente	Quasi mai
21. Mi capita di non trovare la parola corretta per esprimermi.					
22. Perdo le chiavi (per es. di casa, degli armadi).					
23. Dimentico le mie cose in giro.					
24. Mi sbaglio nel ricordare i nomi di scrittori o di cantanti.					
25. Sono convinto di conoscere un fatto, e poi scopro di essermi sbagliato.					
26. Mi scordo gli anniversari, appuntamenti, compleanni, etc.					
27. Vengo corretto da altri su come realmente erano i "vecchi tempi".					
28. Non riesco a ricordarmi i nomi di personaggi di libri, commedie teatrali, e cinema.					
29. Non riesco più a ricordarmi niente quando vengo esaminato.					
30. Mi scordo la fine di barzellette e poi mi confondo quando le racconto.					

SCALA DI SHEULSTER	Molto Spesso	Spesso	Qualche volta	Raramente	Quasi mai
31. Lascio accese le luci o mi scordo di chiudere a chiave le porte.					
32. Mi scordo i miei libri, notes, etc., quando esco da una stanza.					
33. Perdo l'orientamento in una città (nella quale sono stato poche volte).					
34. Mi scordo come si sono svolti certi avvenimenti.					
35. Mi sbaglio su come si sviluppano certi fatti di attualità, tipo quelli visti al telegiornale.					
36. Ho ragione riguardo ad alcuni fatti di attualità, quando altri si sbagliano.					
37. Mi ricordo dove è stato lasciato qualcosa mentre altri ci stanno ancora pensando.					
38. Se una cosa non si trova più dove mi ricordo di averla messa, accuso gli altri di averla spostata.					
39. Se una cosa non si trova più dove mi ricordo di averla messa, mi metto a pensare ai posti dove posso averla lasciata e ci guardo.					
40. Se una cosa non si trova più dove mi ricordo di averla messa guardo in tutti i posti possibili dove potrebbe essere (cioè, non provo di ricordarmi prima dove potrebbe essere).					

SCALA DI SHEULSTER	Tutte o la maggior parte delle persone	Molte persone	La media delle persone	Poche persone	Pochissime persone
41. Direi che la mia memoria è migliore di quella di					
42. Direi che la mia memoria è peggiore di quella di					
43. Mi fido più della mia memoria che di quella di					
44. Trovo che i miei ricordi corrispondono a quelli di					
45. Mi trovo in disaccordo con i ricordi di					
46. Mi ricordo i nomi di attori della TV, cinema, e dischi meglio di					
47. Ricordo i particolari di un argomento meglio di					
48. Ricordo le parole delle canzoni meglio di					
49. Riesco a ricordare i nomi delle persone meglio di					
50. Riesco a ricordare gli eventi della mia giovinezza meglio di					

SCALA DI SHEULSTER	Tutte o la maggior parte delle persone	Molte persone	La media delle persone	Poche persone	Pochissime persone
51. Riesco a ricordare appuntamenti meglio di					
52. Riesco a ricordare i motivi delle canzoni (o posso identificare le canzoni) meglio di					
53. Mi scordo le cose più facilmente che					
54. Mi sembra di riuscire ad identificare gli odori meglio di					
55. Mi sbaglio su "come stavano le cose" più spesso che					
56. Sono sicuro di come era accaduto un evento, e poi scopro di essermi sbagliato. Questo mi succede più spesso che a					
57. Sono sicuro di come si era svolto un evento, e poi trovo ulteriori conferme. Questo mi succede più spesso che a					
58. Riesco a ricordare la trama ed i personaggi di un libro meglio che					
59. Quando studio, mi sembra di riuscire a ricordarmi più che					
60. Quando perdo qualcosa, tendo a ricordarmi dove l'ho lasciato più velocemente che					

