

IZROČEK: KAKO PA KAJ VAŠA SAMOZAVEST?

KRATEK VPRAŠALNIK O SAMOPODOBI

Poskušajte odgovoriti na naslednja vprašanja:

PRVI DEL:

1. Kako bi z oceno od 0 do 10 (0 = zelo slabo, 10 = zelo dobro) ocenili, kakšno je življenje do vas na splošno:

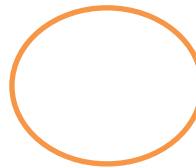
1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10

DRUGI DEL:

Razmislite o svojih občutkih in označite z ocenami od 1 do 5 svoje strinjanje oziroma nestrinjanje s spodnjimi trditvami. *1 = sploh se ne strinjam // 5 = zelo se strinjam*

- 1 - Ne prenesem nekaterih skupin ljudi.
- 2 - Moji starši ali skrbniki me pogosto opominjajo brez razloga.
- 3 - Pogosto se razjezim.
- 4 - Nisem prepričan, če naj svoje vrednote ali pogled na stvari delim s starši/skrbniki.
- 5 - Večinoma sem zadovoljen s seboj.
- 6 - Ljudje, ki jih poznam, so mi všeč.
- 7 - Mislim, da imam kar dobre lastnosti.
- 8 - Pogosto se ukvarjam s svojimi hobiji.

KONČNI REZULTAT



Izračun končnega rezultata: Seštejte ocene prvih štirih trditev in odštejte ocene zadnjih štirih trditev. Interpretirajte rezultat, pri tem pa imejte v mislih, da bi naj najvišje število točk bilo 20.

Prirejeno po: Vprašalnik za oceno samopodobe za srednješolce (Gómez A., 1998).