GSE

Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (GSE)

Die General Self-Efficacy Scale (GSE) erfasst die allgemeine Überzeugung einer Person, mit unterschiedlichsten Lebenssituationen zurechtzukommen. Sie ist ein weit verbreitetes Instrument zur Messung des wahrgenommenen Vertrauens in die eigenen Fähigkeiten und der Motivation, persönliche und berufliche Herausforderungen anzugehen.

Anzahl der Fragen	10 Fragen
Geschätzte Dauer	5 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	General Self-Efficacy Scale
Zielgruppe	Erwachsene, Jugendliche
Autor:innen	Ralf Schwarzer, Matthias Jerusalem (1995)
Kategorie	Selbstwert

Vorschau der 10 Fragen

Die Lösung schwieriger Probleme gelingt mir immer, wenn ich mich darum bemühe.

Stimmt nicht | Stimmt kaum | Stimmt eher | Stimmt genau

Wenn sich Widerstände auftun, finde ich Mittel und Wege, mich durchzusetzen.

Stimmt nicht | Stimmt kaum | Stimmt eher | Stimmt genau

Es bereitet mir keine Schwierigkeiten, meine Absichten und Ziele zu verwirklichen.

Stimmt nicht | Stimmt kaum | Stimmt eher | Stimmt genau

Auch bei überraschenden Ereignissen glaube ich, dass ich gut mit ihnen zurechtkommen kann.

Stimmt nicht | Stimmt kaum | Stimmt eher | Stimmt genau

In unerwarteten Situationen weiß ich immer, wie ich mich verhalten soll.

Stimmt nicht | Stimmt kaum | Stimmt eher | Stimmt genau

Auswertung und Interpretation

Jedes Item wird auf einer vierstufigen Likert-Skala bewertet, von 1 („stimmt nicht“) bis 4 („stimmt genau“). Der Gesamtwert ergibt sich aus der Summe der einzelnen Itemwerte. Ein höherer Wert weist auf eine stärkere wahrgenommene Selbstwirksamkeit hin.