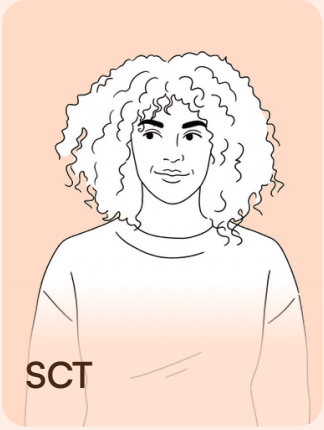


Test av selvtillit (SCT)

Dette spørreskjemaet er utviklet for å kartlegge graden av selvtillit. Det vurderer tre grunnleggende aspekter: selvtillit, evne til selvhevdelse og selvfølelse.

Antall spørsmål	20 spørsmål
Estimert tid	5 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Self-Confidence Test
Kategori	Selvfølelse

Forhåndsvisning av de 20 spørsmålene

Jeg tviler på evnene mine.

Helt sant | Delvis sant | Delvis usant | Helt usant

Jeg har vanskelig for å ta beslutninger som gjelder meg selv.

Helt sant | Delvis sant | Delvis usant | Helt usant

Jeg kler meg svært diskret for ikke å bli lagt merke til.

Helt sant | Delvis sant | Delvis usant | Helt usant

Jeg er veldig redd for å mislykkes.

Helt sant | Delvis sant | Delvis usant | Helt usant

Jeg gir heller opp hvis jeg ikke er sikker på å lykkes.

Helt sant | Delvis sant | Delvis usant | Helt usant

Bruk spørreskjemaene dine på nett

Send pasienten en lenke: de svarer på mobil eller datamaskin, og du får de skårede resultatene på e-post.

Se spørreskjemaet på mentaal.org ›

Skåring og tolkning

Eksempel på skåring

Sammendrag

Svarene tyder på en sterkt negativ selvvurdering og manglende selvtillit. Det ses en tendens til selvkritikk, frykt for å mislykkes og unngåelse av situasjoner som oppleves som risikable. Pasienten ser også ut til å ha betydelige vansker med å uttrykke følelser og behov, noe som kan forsterke følelsen av utrygghet og lav egenverdi. Samlet peker dette mot en emosjonell sårbarhet som kan kreve særlig oppmerksomhet.

Er du psykolog?

Med Mentaal får du nyttig informasjon som hjelper deg i arbeidet med pasientene dine.

- Standardiserte tester
- Automatisk skåring
- Resultater på e-post

Prøv gratis | Se alle spørreskjemaene

★★★★★

“Det er et virkelig pluss i timene når jeg skal vurdere pasienten, og et svært rikt grunnlag for samtaler som utdyper det kliniske arbeidet.”

Ingrid M. - KAT-psykolog