SLCS

Skala for selvverdsetting og personlig kompetanse (SLCS)

Skala for selvverdsetting og personlig kompetanse (SLCS) måler to ulike dimensjoner ved selvfølelsen: følelsen av personlig verdi (selvverdsetting) og oppfatningen av egen kompetanse (selvkompetanse). Dette spørreskjemaet bidrar til å skille mellom de affektive og de kognitive sidene ved selvfølelsen og kan være nyttig i klinisk utredning, forskning eller terapeutisk oppfølging av ungdom og voksne.

Antall spørsmål	16 spørsmål
Estimert tid	5 minutter
Språk	Norsk bokmål
Originalnavn	Self-Liking and Self-Competence Scale
Målgruppe	Ungdom, voksne
Forfattere	Romin W. Tafarodi, William B. Swann (1995)
Kategori	Selvfølelse

Forhåndsvisning av de 16 spørsmålene

Jeg har en tendens til å nedvurdere meg selv.

Svært uenig | Uenig | Verken enig eller uenig | Enig | Svært enig

Jeg er svært effektiv i det jeg gjør.

Svært uenig | Uenig | Verken enig eller uenig | Enig | Svært enig

Jeg er veldig komfortabel med meg selv.

Svært uenig | Uenig | Verken enig eller uenig | Enig | Svært enig

Jeg klarer nesten alltid det jeg prøver på.

Svært uenig | Uenig | Verken enig eller uenig | Enig | Svært enig

Jeg er trygg på min egen verdi.

Svært uenig | Uenig | Verken enig eller uenig | Enig | Svært enig

Skåring og tolkning

Svarene vurderes på en Likert-skala med 5 punkter (fra «helt uenig» til «helt enig»). Skårene summeres til to delskalaer: «selvverdsetting» og «selvkompetanse» (8 ledd hver). En høy skår viser sterk selvverdsetting eller selvkompetanse, avhengig av delskalaen.