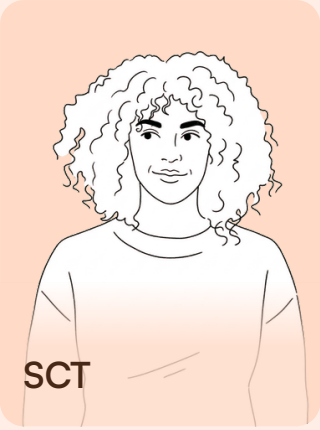


Test pewności siebie (SCT)

Kwestionariusz służy do oceny poziomu pewności siebie. Obejmuje trzy podstawowe aspekty: pewność siebie, umiejętności asertywne i samoocenę.

Liczba pytań	20 pytań
Szacowany czas	5 minut
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Self-Confidence Test
Kategoria	Samoocena

Podgląd 20 pytań

Wątpię w swoje możliwości.

Całkowicie prawdziwe | Raczej prawdziwe | Raczej nieprawdziwe | Całkowicie nieprawdziwe

Trudno mi podejmować decyzje, które mnie dotyczą.

Całkowicie prawdziwe | Raczej prawdziwe | Raczej nieprawdziwe | Całkowicie nieprawdziwe

Ubieram się bardzo skromnie, żeby nie zwracać na siebie uwagi.

Całkowicie prawdziwe | Raczej prawdziwe | Raczej nieprawdziwe | Całkowicie nieprawdziwe

Bardzo boję się porażki.

Całkowicie prawdziwe | Raczej prawdziwe | Raczej nieprawdziwe | Całkowicie nieprawdziwe

Wolę zrezygnować, jeśli nie jestem pewien (pewna), że mi się uda.

Całkowicie prawdziwe | Raczej prawdziwe | Raczej nieprawdziwe | Całkowicie nieprawdziwe

Przeprowadzaj swoje kwestionariusze online

Wyślij pacjentowi link: odpowiada na telefonie lub komputerze, a ty otrzymujesz obliczone wyniki e-mailem.

Zobacz kwestionariusz na mentaal.org ›

Obliczanie wyników i interpretacja

Przykład obliczania wyników

Podsumowanie

Odpowiedzi wskazują na wyraźnie negatywną samoocenę i brak pewności siebie. Widoczna jest skłonność do samokrytyki, lęk przed porażką i unikanie sytuacji postrzeganych jako ryzykowne. Pacjent ma też, jak się wydaje, znaczne trudności z wyrażaniem emocji i potrzeb, co może nasilać poczucie niepewności i niskiej wartości. Całościowo wskazuje to na wrażliwość emocjonalną, która może wymagać szczególnej uwagi.

Jesteś psychologiem?

Mentaal dostarcza ci wartościowych informacji, które pomagają wspierać twoich pacjentów.

- Standaryzowane testy
- Automatyczne obliczanie wyników
- Wyniki przesyłane e-mailem

Wypróbuj za darmo

Zobacz wszystkie kwestionariusze

★★★★★

“Mentaal stał się dla mnie niezastąpionym sprzymierzeńcem, który pomaga uporządkować proces oceny i pogłębić kliniczne rozumienie moich pacjentów.”

Joanna P. - Psycholog CBT