

Skala samooceny Rosenberga (RSES)

Kwestionariusz służy do pomiaru poziomu samooceny. Składa się z 10 stwierdzeń dotyczących odczuć wobec siebie i obrazu samego siebie. Osoba badana określa stopień zgody z każdym stwierdzeniem, co pozwala ocenić jej globalną samoocenę i akceptację siebie.

Liczba pytań	10 pytań
Szacowany czas	2 minuty
Język	Polski
Nazwa oryginalna	Rosenberg Self-Esteem Scale
Grupa docelowa	Młodzież, dorośli
Autorzy	Morris Rosenberg; adaptacja polska: Irena Dzwonkowska, Kinga Lachowicz-Tabaczek, Mariola Łaguna (2008) (1965)
Kategoria	Samoocena

Podgląd 10 pytań

Uważam, że jestem osobą wartościową przynajmniej w takim samym stopniu, co inni.

Zdecydowanie zgadzam się | Zgadzam się | Nie zgadzam się | Zdecydowanie nie zgadzam się

Uważam, że posiadam wiele pozytywnych cech.

Zdecydowanie zgadzam się | Zgadzam się | Nie zgadzam się | Zdecydowanie nie zgadzam się

Ogólnie biorąc jestem skłonny(a) sądzić, że nie wiedzie mi się.

Zdecydowanie zgadzam się | Zgadzam się | Nie zgadzam się | Zdecydowanie nie zgadzam się

Potrafię robić różne rzeczy tak dobrze, jak większość innych ludzi.

Zdecydowanie zgadzam się | Zgadzam się | Nie zgadzam się | Zdecydowanie nie zgadzam się

Uważam, że nie mam wielu powodów, aby być z siebie dumn(ą)ym.

Zdecydowanie zgadzam się | Zgadzam się | Nie zgadzam się | Zdecydowanie nie zgadzam się

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

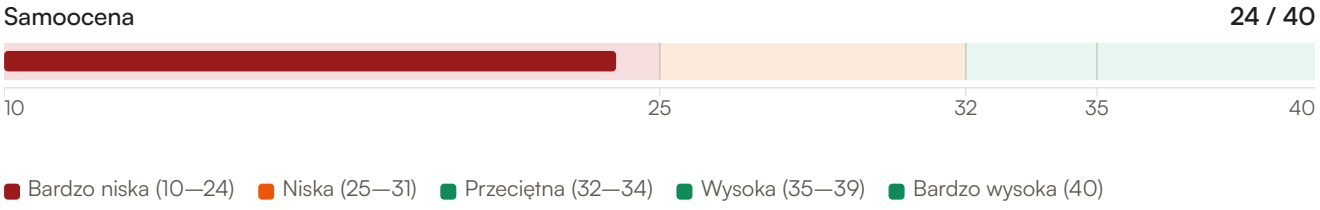
Odpowiedzi są punktowane na 4-stopniowej skali Likerta, od „Zdecydowanie nie zgadzam się” do „Zdecydowanie zgadzam się”. Wyniki mieszczą się w przedziale od 10 do 40; wyższe wyniki wskazują na wyższą samoocenę.

Przykład obliczania wyników

Wyniki

Wynik: 24/40

10 — 24	Bardzo niska samoocena ◀ 24
25 — 31	Niska samoocena
32 — 34	Przeciętna samoocena
35 — 39	Wysoka samoocena
40	Bardzo wysoka samoocena



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