

Skala för generell självtillit (GSE)

General Self-Efficacy Scale (GSE) bedömer en persons allmänna tilltro till sin förmåga att klara av olika livssituationer. Den är ett mycket använt instrument för att mäta upplevt självförtroende och motivationen att anta personliga och yrkesmässiga utmaningar.

Antal frågor	10 frågor
Beräknad tid	5 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	General Self-Efficacy Scale
Målgrupp	Vuxna, ungdomar
Författare	Ralf Schwarzer, Matthias Jerusalem (1995)
Kategori	Självkänsla

Förhandsgranskning av de 10 frågorna

Jag lyckas alltid lösa svåra problem om jag bara anstränger mig tillräckligt.

Tar helt avstånd | Tar delvis avstånd | Instämmer delvis | Instämmer helt

Även om någon motarbetar mig hittar jag ändå utvägar att nå mina mål.

Tar helt avstånd | Tar delvis avstånd | Instämmer delvis | Instämmer helt

Jag har inga svårigheter att hålla fast vid mina målsättningar och förverkliga mina mål.

Tar helt avstånd | Tar delvis avstånd | Instämmer delvis | Instämmer helt

I oväntade situationer vet jag alltid hur jag skall agera.

Tar helt avstånd | Tar delvis avstånd | Instämmer delvis | Instämmer helt

Till och med överraskande situationer tror jag mig klara av bra.

Tar helt avstånd | Tar delvis avstånd | Instämmer delvis | Instämmer helt

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Poängsättning och tolkning

Varje fråga skattas på en 4-gradig Likertskala, från 1 (”stämmer inte alls”) till 4 (”stämmer precis”). Totalpoängen fås genom att summera poängen för de enskilda frågorna. Högre poäng tyder på starkare upplevd självtillit.

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Tillförlitliga och relevanta bedömningar som ger mig en bättre bild av mina patienters psykiska tillstånd”

Benjamin G. - Arbetspsykolog