

Тест самооценки (шкала Розенберга)

Пожалуйста, для каждого из нижеследующих утверждений, выберите один из вариантов, характеризующих степень Вашего согласия с ним:

Полностью согласен, согласен, не согласен, совершенно не согласен.

1. Я ощущаю себя стоящим человеком, по крайней мере, на одном уровне с другими.
2. Я чувствую, что у меня есть много хороших качеств.
3. В целом, я склонен считать себя неудачником. *
4. Я способен делать различные вещи не хуже большинства людей.
5. Я чувствую, что мне особо нечем гордиться. *
6. Я положительно отношусь к самому себе.
7. В целом, я доволен собой.
8. Мне хотелось бы иметь больше уважения к себе. *
9. Временами я определённо чувствую себя бесполезным. *
10. Временами я чувствую себя ни на что не годным.

Подсчёт:

Пункты 1, 2, 4, 6, 7, 10:

Совершенно не согласен =1;

Не согласен =2;

Согласен =3;

Полностью согласен = 4.

Пункты 3, 5, 8, 9 (отмеченные звёздочкой *):

Совершенно не согласен =4;

Не согласен =3;

Согласен =2;

Полностью согласен = 1.

Как обычно, общий балл получается суммированием по всем пунктам.

Для сравнения, далее приведены средние значения, а также стандартные отклонения по результатам опроса населения в 53 странах, приведённым в статье Дж. Шмитта и Ю. Аллика. Представлены данные также по двум подшкалам, соответствующим главным составляющим самооценки: «компетентность» и «нравится себе».

Интересно отметить также установленную в упомянутой работе связь самооценки с центральными чертами личности, входящими в «большую пятёрку»: имеет место положительная корреляция с экстраверсией и отрицательная с невротизмом (характеризующимся сочетанием тревожности и негативной эмоциональности).

Страна	Балл	Дисперсия	Компетентность	Дисперсия	Нравится себе	Дисперсия
Аргентина	31.24	4.36	16.74	2.05	14.52	2.88
Австралия	31.07	5.15	16.84	2.46	14.22	3.12
Австрия	31.78	4.68	16.04	2.55	15.76	2.67
Бангладеш	27.80	5.20	14.85	3.40	13.06	2.49
Бельгия	29.66	5.28	15.74	2.54	13.85	3.09
Боливия	31.24	3.82	17.11	2.02	14.20	2.39
Ботсвана	30.85	4.11	16.45	2.26	14.43	2.50
Бразилия	30.34	4.08	16.19	2.36	14.14	2.37
Канада	30.22	4.69	16.07	2.45	14.11	2.72
Чили	33.12	4.27	17.42	2.15	15.63	2.76
Конго	31.28	2.93	16.34	1.94	15.11	1.65
Хорватия	31.94	4.12	16.93	2.02	15.07	2.62
Кипр	31.17	5.39	16.83	2.50	14.32	3.30
Чехия	28.47	4.14	15.41	2.21	13.08	2.40
Эстония	32.63	5.14	16.76	2.64	15.87	2.85
Эфиопия	29.24	3.69	15.08	2.08	14.28	2.35
Фиджи	28.91	4.15	15.26	2.32	13.70	2.61
Финляндия	31.76	4.09	16.87	2.15	14.78	2.41
Франция	29.86	4.16	16.08	2.03	13.79	2.57
Германия	31.73	4.71	16.41	2.25	15.29	2.86
Греция	31.29	4.76	16.81	2.24	14.34	3.06
Гонг-Конг	27.54	3.67	14.41	1.76	13.19	2.34
Индия	30.44	4.27	16.09	2.11	14.42	2.66
Индонезия	29.88	3.78	15.66	2.22	14.27	2.03
Израиль	33.03	5.46	17.50	2.78	15.55	3.12
Италия	30.56	4.51	16.51	2.19	14.08	2.92
Япония	25.50	4.37	13.33	2.51	12.30	2.36
Латвия	29.88	4.18	15.68	2.10	14.22	2.60
Ливан	30.52	4.38	16.34	2.26	14.21	2.71
Литва	29.60	3.67	16.15	2.05	13.51	2.18
Малайзия	29.83	3.42	16.42	1.99	13.38	2.01
Мальта	29.53	5.24	16.01	2.60	13.51	3.12
Мексика	32.04	4.26	17.76	2.40	14.32	2.69
Марокко	29.13	4.00	15.54	2.13	13.64	2.51
Нидерланды	31.60	4.48	16.69	2.24	14.95	2.62
Новая Зеландия	30.24	4.68	16.58	2.29	13.66	2.81
Перу	33.01	4.56	17.49	2.20	15.59	2.80
Филиппины	29.98	4.02	16.02	2.09	13.97	2.49
Польша	30.34	4.47	16.36	2.32	13.95	2.75
Португалия	31.30	4.66	16.33	2.18	14.98	2.92
Румыния	29.54	3.99	16.62	2.13	12.97	2.47
Сербия	33.59	4.99	17.60	2.18	16.05	3.32
Словакия	28.94	4.15	15.83	2.21	13.14	2.40
Словения	31.74	4.72	17.13	2.37	14.60	2.88
Южная Корея	29.17	4.05	15.90	2.13	13.25	2.31
Испания	31.52	4.04	16.69	2.04	14.79	2.63
Швейцария	29.16	4.57	14.30	2.03	14.84	3.13
Тайвань	28.77	4.50	15.43	2.22	13.44	2.63
Танзания	29.52	3.95	15.30	2.58	14.40	2.19
Турция	32.14	4.97	17.09	2.38	15.11	3.03
Великобритания	30.55	4.95	16.36	2.34	14.10	2.93
США	32.21	5.01	17.21	2.33	14.96	3.12
Зимбабве	30.77	4.07	16.40	2.14	14.42	2.61

