



Projekt „Obserwatorium losów zawodowych absolwentów uczelni wyższych”
współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

KWESTIONARIUSZ AUTOANALIZY POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI

1. Spróbuj opisać, jaki jesteś, poprzez porównanie siebie z innymi osobami. W porównaniu do większości osób w moim wieku jestem... Przykładowo, patrząc na wyraz „pracowity”, określ, czy jesteś bardziej pracowity niż inni, czy też mniej pracowity. Zaznacz swoją odpowiedź na skali od „Dużo bardziej” do „Dużo mniej”. Odpowiedź, która najbardziej do Ciebie pasuje, zaznacz znakiem „x” w odpowiedniej rubryce.

W PORÓWNANIU DO WIĘKSZOŚCI OSÓB Z MOJEJ GRUPY WIEKOWEJ JESTEM:

	Dużo bardziej	Bardziej	Trochę bardziej	Tak samo	Trochę mniej	Mniej	Dużo mniej
1. Pracowity							
2. Odpowiedzialny							
3. Inteligentny							
4. Twórczy							
5. Praktyczny							
6. Dobrze zorganizowany							
7. Z poczuciem humoru							
8. Pomocny							
9. Sympatyczny							
10. Pozytywnie nastawiony do świata							
11. Godny zaufania							

Źródło: opracowanie własne OLZA.



Projekt „Obserwatorium losów zawodowych absolwentów uczelni wyższych”
współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

2. A teraz spróbuj zastanowić się nad tym, jaki jesteś oraz jaki chciałbyś być. Następnie wskaż, które z własnych cech chciałbyś zmienić i w jakim stopniu.

W ZAKRESIE POSZCZEGÓLNYCH CECH, KTÓRE MNIE CHARAKTERYZUJĄ, CHCIAŁBYM ZMIEŃĆ TO, JAKI JESTEM:

	Bardzo dużo chciałbym zmienić	Dużo chciałbym zmienić	Trochę chciałbym zmienić	Nie chciałbym niczego zmieniać
1. Pracowity				
2. Odpowiedzialny				
3. Inteligentny				
4. Twórczy				
5. Praktyczny				
6. Dobrze zorganizowany				
7. Z poczuciem humoru				
8. Pomocny				
9. Sympatyczny				
10. Pozytywnie nastawiony do świata				
11. Godny zaufania				

Źródło: opracowanie własne OLZA.

Po ustosunkowaniu się do poszczególnych twierdzeń w obu tabelach, połącz linią ciągłą wszystkie znaki „x” oznaczające poszczególne odpowiedzi. W efekcie powstaną dwa wykresy:

- pierwszy — ilustrujący Twój stosunek do siebie samego na tle innych osób; im bardziej wykres zbliża się **lewej** strony tabeli, tym bardziej pozytywnie oceniasz samego siebie;
- drugi — ilustrujący Twój stosunek do siebie samego; im bardziej wykres zbliża się do **prawej** strony tabeli, tym bardziej pozytywnie oceniasz samego siebie.