自尊感情尺度の10項目

pp.11～12

自尊感情　度

教示

次の特徴の各々について，あなた自身にどの程度あてはまるかをお答えください。他からどう見られているかではなく，あなたが，あなた自身をどのように思っているかを，ありのままにお答えください。

選択肢

あてはまる…5，
ややあてはまる…4，
どちらともいえない…3，
ややあてはまらない…2，
あてはまらない…1

項　　目

項目	あてはまる 5	ややあてはまる 4	どちらともいえない 3	ややあてはまらない 2	あてはまらない 1
1．少なくとも人並みには，価値のある人間である。					
2．色々な良い素質をもっている。					
3．敗北者だと思うことがよくある。					
4．物事を人並みには，うまくやれる。					
5．自分には，自慢できるところがあまりない。					
6．自分に対して肯定的である。					
7．だいたいにおいて，自分に満足している。					
8．もっと自分自身を尊敬できるようになりたい。					
9．自分には全くだめな人間だと思うことがある。					
10．何かにつけて，自分は役に立たない人間だと思う。					

※『心理測定尺度集1』（サイエンス社）より