

Rosenbergo savęs vertinimo skalė (Rosenberg Self-Esteem Scale, 1979)

1. Aš esu asmuo, turintis savo vertę, galiausiai – lygus su kitais
2. Aš jaučiu, kad turiu daug gerų savybių
3. Aš jaučiuosi nevykėlis/ė
4. Aš sugebu atlikti darbą taip pat gerai, kaip ir kiti žmonės
5. Aš jaučiu, kad neturiu kuo didžiuotis
6. Aš teigiamai save vertinu
7. Apskritai, aš esu savimi patenkintas/a
8. Norėčiau labiau save gerbti
9. Tikrai jaučiuosi kartais niekam nenaudingas/a
10. Kartais aš jaučiuosi nieko vertas/a

Atsakymų pasirinkimo variantai: 1 – visiškai sutinku, 2 – sutinku, 3 – nesutinku, 4 – visiškai nesutinku.

Šaltiniai:

Rosenberg, M. *Conceiving the Self*; Basic Books: New York, NY, USA, 1979.