

SAMOPODOBA

TEST: KAKŠNO PEDSTAVO IMATE O SEBI?

1. Kadar kdo kritizira vaše vedenje, se vi
 - a) počutite krive
 - b) spoštujete mnenje drugih, kar pa še ne pomeni, da boste vedenje tudi spremenili
 - c) na vsak način se poskušate prilagoditi in spremeniti
2. V odnosu do ljudi okrog sebe se počutite
 - a) manjvredne
 - b) enakopravne
 - c) večvredne
3. Če vas kdo pohvali (vam pokloni kompliment), vi
 - a) hvaležno sprejmete in se osebi zahvalite
 - b) se ga ne počutite vredne
 - c) čutite obvezo, da kompliment tudi vrnete
4. Kadar vas kam povabijo
 - a) se vam to ne zdi nič neobičajnega, saj se zavedate, da ste dobra družba
 - b) menite, da so vas povabili samo zato, ker je nekdo drug odpovedal
 - c) menite, da vas drugi potrebujejo, če se želijo resnično zabavati



5. Preteklost vas

- a) popolnoma miselno prevzema
- b) o njej razmišljate poredko
- c) o njej sploh ne razmišljate

6. Kadar vas nekdo hoče obvladovati, se vi

- a) uklonite
- b) upirate
- c) to se ne more zgoditi, saj ste vi tisti, ki ponavadi obvladuje druge

7. V skupinski razpravi, vi ponavadi

- a) vodite debato in ne izbirate sredstev, ko želite druge prepričati v svoje mnenje
- b) sprejmete večinsko mnenje
- c) izrazite svoje mnenje, a vas to ne ovira pri upoštevanju mnenja drugih sogovornikov

8. Kadar nekdo izrazi željo, da bi vas rad bolje spoznal, se vi

- a) odzovete naravno
- b) skušate prikazati svojo boljšo plat, da bi očarali človeka
- c) pobegnete

9. Kadar v službi napredujete, si pravite

- a) da je bilo vse skupaj le srečno naključje
- b) da je vaš šef precenil vaše sposobnosti
- c) menite, da ste si napredovanje zaslužili



10. Povabljeni ste na piknik k prijatelju, vi pa

- a) kar naprej iščete načine, kako bi pomagali gostitelju in s tem upravičili vaše povabilo
- b) odločite se, da niste tam zato, da bi stregli drugim
- c) ne da bi vas za to prosili, prinesete s seboj veliko skledo solate in sladico

11. Neuspeh je za vas

- a) dokončen dokaz vaše nesposobnosti
- b) razlog za razčlenbo vašega vedenja, da ne bi še enkrat storili iste napake
- c) za svoj neuspeh krivite druge

12. Verjamete, da

- a) niste rojeni za uspeh
- b) si v življenju zaslužite le najboljše
- c) ste popolnoma zadovoljni s svojo trenutno situacijo

13. Vaša zunanost se vam zdi

- a) izjemna
- b) simpatična do neke mere
- c) sprejemljiva

14. Podobo, ki menite, da jo projicirate bi

- a) popolnoma spremenili
- b) delno spremenili
- c) je sploh ne bi spreminjali



15. Ali zaupate, da boste dosegli svoje cilje

- a) popolnoma
- b) sploh ne
- c) to je odvisno od drugih

REZULTATI:

REZULTATI:

VPRAŠANJE	ODGOVOR A	ODGOVOR B	ODGOVOR C	TOČKE
1	0	5	2	
2	0	5	2	
3	5	2	0	
4	5	0	2	
5	0	5	2	
6	0	5	2	
7	2	0	5	
8	5	2	0	
9	2	0	5	
10	0	5	2	
11	0	5	2	
12	0	2	5	
13	2	0	5	
14	0	2	5	
15	5	0	2	