

แบบสอบถามเรื่องความรู้สึกต่อตนเอง

ข้อความด้านล่างเกี่ยวข้องกับความรู้สึกทั่วไปของท่าน

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
๑. โดยทั่วไปฉันรู้สึกพอใจตนเอง				
๒. บ่อยครั้งที่ฉันคิดว่าตัวเองไม่มีอะไรดีเลย				
๓. ฉันรู้สึกว่าตัวฉันเองก็มีอะไรดี ๆ เหมือนกัน				
๔. ฉันสามารถทำอะไรได้ดีเหมือนๆ กับคนอื่น				
๕. ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่มีอะไรน่าภาคภูมิใจมากนัก				
๖. ฉันรู้สึกบ่อยๆว่าตนเองไร้ค่า				
๗. ฉันรู้สึกว่าตนเองก็มีคุณค่าอย่างน้อยที่สุดก็เท่าๆ กับคนอื่น				
๘. ฉันเชื่อว่าฉันสามารถให้ความนับถือตนเองได้มากกว่านี้				
๙. โดยรวมแล้วฉันมีแนวโน้มจะรู้สึกว่าตนเองล้มเหลว				
๑๐. ฉันมีความรู้สึกที่ดีกับตนเอง				