

แบบสอบถามเรื่องความรู้สึกต่อตนเอง

ข้อความด้านล่างเกี่ยวข้องกับความรู้สึกทั่วไปของท่าน

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. โดยทั่วไปฉันรู้สึกพอใจตนเอง				
2. บ่อยครั้งที่ฉันคิดว่าตัวเองไม่มีอะไรดีเลย				
3. ฉันรู้สึกว่าตัวฉันเองก็มีอะไรดี ๆ เหมือนกัน				
4. ฉันสามารถทำอะไรได้ดีเหมือนๆ กับคน อื่น				
5. ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่มีอะไรน่าภาคภูมิใจ มากนัก				
6. ฉันรู้สึกบ่อยๆ ว่าตนเองไร้ค่า				
7. ฉันรู้สึกว่าตนเองก็มีคุณค่าอย่างน้อยที่สุดก็ เท่าๆ กับคนอื่น				
8. ฉันเชื่อว่าฉันสามารถให้ความนับถือ ตนเองได้มากกว่านี้				
9. โดยรวมแล้วฉันมีแนวโน้มจะรู้สึกว่าตนเอง ล้มเหลว				
10. ฉันมีความรู้สึกที่ดีกับตนเอง				