KWESTIONARIUSZ STANÓW EGO

0 - nigdy

1 - czasem

2 - często

3 - zawsze

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Pytanie** | **Odpowiedź** |
| 1 | Czy Twoje opinie i sądy wydają Ci się bardziej prawdziwe (uzasadnione) niż sądy innych? | 0 1 2 3 |
| 2 | Czy przed podjęciem decyzji długo zbierasz informację? | 0 1 2 3 |
| 3 | Czy lubisz być innym potrzebny? | 0 1 2 3 |
| 4 | Czy w dyskusji narzucasz innym swoje zdanie? | 0 1 2 3 |
| 5 | Czy wcześniej określasz wynik swoich działań? | 0 1 2 3 |
| 6 | Czy działasz zgodnie ze swoimi impulsami? | 0 1 2 3 |
| 7 | Czy uważasz, że dawniej wszystko szło lepiej? | 0 1 2 3 |
| 8 | Czy w snach znajdujesz odpowiedź na pytania, które sobie zadajesz? | 0 1 2 3 |
| 9 | Czy czujesz się niezręcznie? | 0 1 2 3 |
| 10 | Czy Twoja odzież odpowiada Ci? | 0 1 2 3 |
| 11 | Czy pociąga Cię nieznane? | 0 1 2 3 |
| 12 | Czy przed podjęciem jakiegoś działania oczekujesz zdania innych na ten temat? | 0 1 2 3 |
| 13 | Czy ochraniasz innych? | 0 1 2 3 |
| 14 | Czy czujesz się zagubiony? | 0 1 2 3 |
| 15 | Czy sądzisz, że pragnąc czegoś możesz sprawić, że to nastąpi? | 0 1 2 3 |
| 16 | Czy wyrażasz złość? | 0 1 2 3 |
| 17 | Czy masz zmysł organizacyjny? | 0 1 2 3 |
| 18 | Czy udzielasz pomocy, mimo że Cię o nią nie proszą? | 0 1 2 3 |
| 19 | Czy jesteś krytyczny/a wobec innych? | 0 1 2 3 |
| 20 | Czy nowe sytuację wciągają, porywają Cię? | 0 1 2 3 |
| 21 | Czy akceptujesz opinie innych? | 0 1 2 3 |
| 22 | Czy masz poczucie poświęcenia się dla swojej rodziny, przyjaciół? | 0 1 2 3 |
| 23 | Czy aby wyrazić swoje zdanie czekasz, by Cię o nie poproszono? | 0 1 2 3 |
| 24 | Czy płatasz ludziom figle? | 0 1 2 3 |
| 25 | Czy uważasz, że trzeba się natrudzić, aby odnieść w życiu sukces? | 0 1 2 3 |
| 26 | Czy odczuwasz przyjemność w zabawie z dziećmi? | 0 1 2 3 |
| 27 | Czy pomagasz nieznajomym w trudnościach? | 0 1 2 3 |
| 28 | Czy w sytuacjach ryzykownych podejmujesz środki ostrożności? | 0 1 2 3 |
| 29 | Czy czujesz się źle we własnej skórze? | 0 1 2 3 |
| 30 | Czy jesteś twórczy? | 0 1 2 3 |
| 31 | Czy interesuje Cię rozwiązywanie problemów? | 0 1 2 3 |
| 32 | Czy odkładasz na jutro, to co możesz zrobić dziś? | 0 1 2 3 |
| 33 | Czy lubisz uszczęśliwiać innych wbrew im samym? | 0 1 2 3 |
| 34 | Czy uważasz, że masz trafny sąd o innych? | 0 1 2 3 |
| 35 | Czy umiesz i przystosowujesz się do sytuacji nowych, nieznanych? | 0 1 2 3 |
| 36 | Czy masz intuicję? | 0 1 2 3 |
| 37 | Czy ciąży Ci obojętność innych w stosunku do Ciebie? | 0 1 2 3 |
| 38 | Czy poddajesz w wątpliwość przyjęte, uznane poglądy? | 0 1 2 3 |
| 39 | Czy dzieci Ci przeszkadzają? | 0 1 2 3 |
| 40 | Czy bierzesz pod uwagę problemy innych nawet wówczas, gdy Ciebie one bezpośrednio nie dotyczą? | 0 1 2 3 |
| 41 | Czy lubisz wykonywać różne ręczne prace? | 0 1 2 3 |
| 42 | Czy poszukujesz przyjemności? | 0 1 2 3 |
| 43 | Czy kontynuujesz dyskusje nawet wówczas, gdy się zgadzasz? | 0 1 2 3 |
| 44 | Czy łatwo zwracasz się do innych po imieniu? | 0 1 2 3 |
| 45 | Czy usiłujesz pocieszać innych? | 0 1 2 3 |
| 46 | Czy uważasz zachowanie innych za śmieszne? | 0 1 2 3 |
| 47 | Czy naprawdę wiesz czego pragniesz? | 0 1 2 3 |
| 48 | Czy jakaś część Ciebie wierzy w nadprzyrodzoność? | 0 1 2 3 |
| 49 | Czy lubisz zajmować się dziećmi? | 0 1 2 3 |
| 50 | Czy dostosowujesz swoje cele do własnych możliwości? | 0 1 2 3 |
| 51 | Czy masz trwałe mocne zasady moralne? | 0 1 2 3 |
| 52 | Czy miewasz tremę? | 0 1 2 3 |
| 53 | Czy wizualizujesz miejsca i sytuację, które mają nastąpić? | 0 1 2 3 |
| 54 | Czy domyślasz się co inni myślą? | 0 1 2 3 |
| 55 | Czy długo wahasz się przed podjęciem decyzji? | 0 1 2 3 |
| 56 | Czy jesteś zmysłowy/a? | 0 1 2 3 |
| 57 | Czy układasz przedmioty, które inni pozostawili nie na swoim miejscu? | 0 1 2 3 |
| 58 | Czy przy rozwiązywaniu problemu zakładasz zwykle kilka możliwości rozwiązań? | 0 1 2 3 |
| 59 | Czy czujesz się dobrze w swoim ciele? | 0 1 2 3 |
| 60 | Czy szybko wydajesz sądy na temat innych? | 0 1 2 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Pyt.** | **S** | **Pyt.** | **S** | **Pyt.** | **S** | **Pyt.** | **S** | **Pyt.** | **S** | **Pyt.** | **S** |
| 1 |  | 3 |  | 2 |  | 9 |  | 8 |  | 6 |  |
| 4 |  | 13 |  | 5 |  | 12 |  | 11 |  | 10 |  |
| 7 |  | 18 |  | 17 |  | 14 |  | 15 |  | 16 |  |
| 19 |  | 22 |  | 21 |  | 23 |  | 24 |  | 20 |  |
| 25 |  | 27 |  | 28 |  | 29 |  | 30 |  | 26 |  |
| 34 |  | 33 |  | 31 |  | 32 |  | 35 |  | 41 |  |
| 39 |  | 40 |  | 38 |  | 37 |  | 36 |  | 42 |  |
| 46 |  | 45 |  | 47 |  | 43 |  | 48 |  | 44 |  |
| 51 |  | 49 |  | 50 |  | 52 |  | 53 |  | 56 |  |
| 60 |  | 57 |  | 58 |  | 55 |  | 54 |  | 59 |  |
|  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| **Rodzic krytyczny** | | **Rodzic ochraniający** | | **Dorosły** | | **Dziecko dostosowane** | | **Dziecko twórcze** | | **Dziecko spontaniczne** | |

**Rodzic krytyczny**- krytyczny, pouczający, dominujący, autorytarny, moralizujący, dyrektywny, wydający reguły i przepisy. Wymaga respektowania reguł, przypomina, chwali, gani, potępia, aprobuje, zakazuje, pozwala, sądzi. Wyznacza granice bezpieczeństwa; może być nadto represjonujący.  
  
**Rodzic ochraniający**- uważny, odpowiedzialny, troszczy się, bierze na siebie coś, zajmuje się, pociesza, dodaje otuchy, zachęca. Niepokoi się lub entuzjazmuje, zachęca lub współczuje, wskazuje co jest dobre i słuszne. Ochrania, a przede wszystkim przyzwala na różne zachowania; może być przytłaczający, nadmiernie ochraniający.  
  
**Dorosły**- racjonalny, neutralny, logiczny, obiektywny, poszukuje informacji, konsekwentny, obiektywny, analizuje i wyciąga fakty. Wybiórczy i selekcjonujący, podkreśla fakty i rzeczywistość. Predyspozycje do wszechstronnego rozwoju.  
  
**Dziecko dostosowane**- podporządkowany wymaganiom i oczekiwaniom innych, nieśmiały, boi się konfliktów. Dostosowuje się do osób i do zdarzeń, respektuje savoir-vivre, podstawowym kryterium funkcjonowania jest bezpieczeństwo. Użyteczny w życiu społecznym, cechuje je zależność, podporządkowanie, niezdecydowanie.  
  
**Dziecko twórcze -** twórczy, ciekawy, intuicyjny. Źródło kreatywności i intuicji.  
  
**Dziecko Spontaniczne**- naturalny, wolny od wszelkich powściągów, emocjonalny, wrażliwy. Reaguje bezpośrednio, przyjemność vs cierpienie, zainteresowanie vs nuda, rozbawienie vs obojętność. Źródło energii, przyjemności; myślenie magiczne.