

Self-Concept Questionnaire (SCQ)

Nedanstående påståenden handlar om din syn på sig själv. Ringa in det alternativ som bäst beskriver hur du känner för det mesta.

	Stämmer inte alls		Stämmer inte		Stämmer		Stämmer helt	
1. Jag har kontroll över mitt liv.	0	1	2	3	4	5	6	7
2. Jag har lätt att bli omtyckt.	0	1	2	3	4	5	6	7
3. Jag känner mig aldrig nere någon längre period	0	1	2	3	4	5	6	7
4. Jag verkar aldrig uppnå någonting som har något värde.	7	6	5	4	3	2	1	0
5. Det finns många saker som jag skulle vilja förändra hos mig själv om det gick.	7	6	5	4	3	2	1	0
6. Jag blir inte generad av att låta folk veta mina åsikter.	0	1	2	3	4	5	6	7
7. Jag bryr mig inte om vad som händer mig.	7	6	5	4	3	2	1	0
8. Jag verkar ha mycket otur.	7	6	5	4	3	2	1	0
9. De flesta tycker att jag är rätt attraktiv.	0	1	2	3	4	5	6	7
10. Jag är glad över att vara den jag är.	0	1	2	3	4	5	6	7
11. De flesta skulle utnyttja mig om de fick chansen.	7	6	5	4	3	2	1	0
12. Jag är en pålitlig person.	0	1	2	3	4	5	6	7
13. Det skulle bli tråkigt om jag pratade om mig själv.	7	6	5	4	3	2	1	0
14. När jag lyckas, så brukar det till stor del bero på tur.	7	6	5	4	3	2	1	0
15. Jag har en trevlig personlighet.	0	1	2	3	4	5	6	7
16. Om en uppgift är svår, blir jag ännu ivrigare att fullborda den.	0	1	2	3	4	5	6	7
17. Jag känner mig ofta förödmjukad.	7	6	5	4	3	2	1	0
18. Jag kan oftast bestämma mig och hålla mig till mitt beslut.	0	1	2	3	4	5	6	7
19. Alla andra verkar vara mer självsäkra och belåtna än jag.	7	6	5	4	3	2	1	0

Vänd blad!

	Stämmer inte alls		Stämmer inte		Stämmer		Stämmer helt	
20. Även när jag har ganska trevligt verkar livet inte särskilt meningsfullt.	7	6	5	4	3	2	1	0
21. Jag är ofta orolig för vad andra tycker om mig.	7	6	5	4	3	2	1	0
22. Det finns mycket sanning i att säga: "det som sker, sker".	7	6	5	4	3	2	1	0
23. Nu för tiden ser jag förfärlig ut.	7	6	5	4	3	2	1	0
24. Om jag verkligen anstränger mig kan jag lösa de flesta av mina problem.	0	1	2	3	4	5	6	7
25. Det är rätt svårt att vara jag.	7	6	5	4	3	2	1	0
26. Jag känner mig känslomässigt mogen.	0	1	2	3	4	5	6	7
27. När folk kritiserar mig, känner jag mig ofta hjälplös och mindervärdig.	7	6	5	4	3	2	1	0
28. När framgång är svår, tänker jag ofta att det inte är lönsamt att anstränga sig.	7	6	5	4	3	2	1	0
29. Jag kan gilla mig själv även när andra inte gör det.	0	1	2	3	4	5	6	7
30. De som känner mig ordentligt gillar mig.	0	1	2	3	4	5	6	7

© Översättning och bearbetning av Ata Ghaderi och Berit Scott, 1997. Institutionen för psykologi, Box 1225, 751 42 Uppsala, ata.ghaderi@psyk.uu.se & berit.scott@psyk.uu.se

Vid all publikation måste följande referenser anges:

- Ghaderi, A. (2005). Psychometric properties of the Swedish version of Self-concept Questionnaire. *European journal of Psychological Assessment*, 21, 139-146
- Robson, P. J. (1989). Development of a new self-report questionnaire to measure self esteem. *Psychological Medicine*, 19, 513-518.