**OSEBNOSTNA ČVRSTOST**

NAVODILO

Pozorno preberite naslednje trditve, ki se nanašajo na vaše občutke na splošno v življenju. Označite v kolikšni meri se strinjate z njimi oziroma so značilne za vas.

VPRAŠALNIK

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Ni značilno zame |  |  | Zelo značilno zame |
| 1. | Uspeh je odvisen od lastnih prizadevanj in trdega dela. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. | V življenju se počutim nemočnega. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. | Na poti do cilja sem odločen, četudi naletim na težave. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. | Uspeh v življenju je odvisen od usode in višjih sil.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. | Moje življenje je zanimivo in v njem uživam.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. | Nikoli mi nič ne uspe, tudi če se trudim po svojih najboljših močeh.  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Ključ za vrednotenje: 1+2+3+4+5+6 (2, 4, 6 se vrednotijo obrnjeno🡪 1=5, 2=4, 3=3, 4=2, 5=1)

NORME

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Alarmno | Primerno | Dobro | Zelo dobro | Odlično |
| Personal hardiness | 6-14 | 15-22 | 23-26 | 27-28 | 29-30 |