

○あなたのあなた自身への評価の仕方に関する質問です。それぞれの質問が「自分にどれだけ当てはまるか」考えて、1から5の数字のいずれか1つに○をつけてください。

1:当てはまらない, 2:あまり当てはまらない, 3:どちらともいえない,
4:やや当てはまる, 5:当てはまる

- | | | | | | |
|---------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1. 私は自分自身に対する評価が、とても変わりやすい | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. 私はある日の自分自身に対する評価が、次の日には全く違うことがある | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. 私は自分自身についての考えが、ころころ変わる | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. 自分自身をととても良く評価する日もあれば、とても悪く評価する日もある | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. 私は自分自身についてもっている現在の評価が、絶対に変わらないと思う | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |