

Pályaválasztási nehézségek kérdőív

Career Decision-Making Difficulties Questionnaire

Copyright (c) 2000, 2002, 2010 Itamar Gati and Samuel H. Osipow. All rights reserved.

Kérjük figyelembe venni, hogy a kérdőív felhasználásához a szerző írásbeli engedélye szükséges. A kérdőív kutatási célra térítésmentesen felhasználható, ehhez azonban Itamar Gati professzortól kell előzetesen hozzájárulást kérni (email: itamar.gati@huji.ac.il).

Kedves Diák!

Ezen kérdőív célja a pályaválasztási döntéssel kapcsolatos lehetséges nehézségek és problémák felmérése. Kérjük, hogy először add meg a következő adatokat:

Korod: _____

Oktatásban eltöltött évek száma: _____

Nem: o Fiú o Lány

Az alábbiakban a pályaválasztás folyamatával kapcsolatos állításokat találsz. Kérjük, minden állításnál jelöld majd meg, hogy az állítás milyen mértékben jellemez téged.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

Karikázd be az 1-est, ha az állítás egyáltalán nem jellemez, és a 9-est, ha jól jellemez. Természetesen a többi szám közül is választhatsz. Kérjük, ne hagyj ki egy állítást sem.

Gondolkodtál-e már azon, hogy milyen területen szeretnél továbbtanulni, vagy milyen foglalkozást szeretnél választani? o Igen o Nem

Ha a válaszod igen, akkor mennyire vagy biztos a választásodban?

Egyáltalán nem 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Nagyon

1. Tudom, hogy pályát kell választanom, de nem érzem magam elég motiváltnak ahhoz, hogy ezzel foglalkozzak („nincs kedvem hozzá”).

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

2. A munka nem a legfontosabb dolog az ember életében, ezért a pályaválasztás kérdése nem nagyon aggaszt.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

3. Úgy hiszem, nem kell most pályaválasztással foglalkoznom, hiszen az idő majd úgyis elvezet a „jó” döntéshez.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

4. Általában nehezen hozok döntést.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

5. Döntési helyzetben általában úgy érzem, hogy megerősítésre és támogatásra van szükségem egy szakembertől vagy valaki mástól, akiben megbízom.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

6. Általában félek a kudarctól.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

7. Szeretem a dolgokat a magam módján tenni.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

8. Arra számítok, hogy az általam választott pályán való elhelyezkedés megoldja majd a személyes problémáimat is.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

9. Úgy hiszem, hogy csak egyetlen olyan pálya létezik, amely illik hozzám.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

10. Arra számítok, hogy az általam választott pályán keresztül megvalósíthatom minden törekvésem.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

11. Úgy hiszem, hogy a pályaválasztás egyszeri döntés, és egy életre elkötelez.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

12. Mindig azt teszem, amit mások mondanak, még akkor is, ha ez az akaratom ellenére van.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

13. Nehéznek találom a pályaválasztási döntést, mert nem tudom, milyen lépéseket kell megtennem hozzá.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

14. Nehéznek találom a pályaválasztási döntést, mert nem tudom, milyen tényezőket kell figyelembe venni.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

15. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert nem tudom, hogyan kellene összeegyeztetnem a magamról alkotott képet azzal, amit a különböző pályákról tudok.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

16. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert még mindig nem tudom, mely foglalkozások érdekelnek engem.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

17. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert még nem vagyok biztos abban, hogy milyen fajta munkavégzést részesítenék előnyben (például milyen kapcsolatot szeretnék az emberekkel, vagy milyen munkakörnyezetet választanék szívesen).

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

18. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert nem vagyok eléggé tisztában képességeimmel (például numerikus vagy verbális készség), és/vagy személyes tulajdonságaimmal (például kitartás, kezdeményező kedv, türelem).

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

19. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert nem tudom, milyenek lesznek a képességeim és/vagy a személyes tulajdonságaim a jövőben.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

20. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert nincs elég információm arról, hogy milyen különféle foglalkozások vagy továbbtanulási, szakképzési lehetőségek léteznek.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

21. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert nem rendelkezem elegendő információval az érdeklődésemnek megfelelő foglalkozások és/vagy képzési programok jellemzőiről (például piaci igényekről, jellemző jövedelmekről, előrelépési lehetőségekről vagy a képzési program előfeltételeiről).

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

22. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert nem tudom, hogy a különböző pályák milyenek lesznek a jövőben.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

23. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert nem tudom, hogyan ismerhetném meg önmagam jobban (például a képességeimet vagy a személyes tulajdonságaimat).

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

24. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert nem tudom, hogyan gyűjthetnék friss és pontos információt a létező foglalkozásokról, továbbtanulási és szakképzési lehetőségekről, illetve azok jellemzőiről.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

25. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert folyamatosan változnak a munkapreferenciáim (például néha egyéni vállalkozó szeretnék lenni, néha inkább alkalmazott).

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

26. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert ellentmondásos információim vannak a képességeimről és a személyes tulajdonságaimról (Példa: úgy gondolom, hogy türelmes vagyok a többi emberrel, míg mások türelmetlennek tartanak).

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

27. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert ellentmondásos információim vannak egy adott foglalkozás vagy továbbtanulási szakirány létezéséről vagy jellemzőiről.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

28. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert egyformán vonz több szakma, hivatás is, és nehéz közülük választanom.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

29. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert nem tetszik egyetlen olyan foglalkozás vagy képzési program sem, ahová bekerülhetnék.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

30. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert az engem érdeklő foglalkozásnak számomra zavaró jellemzői vannak (például érdekel az orvoslás, de nem akarok évekig tanulni).

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

31. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert a preferenciáim nem egyesíthetők egy pályában, és egyikről sem szeretnék lemondani (például szeretnék önálló szabadúszóként dolgozni, de biztos állandó jövedelmet is szeretnék).

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

32. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert képességeim és készségeim nem felenek meg annak, amit az engem érdeklő foglalkozás igényel.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

33. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert a számomra fontos emberek (például a szüleim vagy a barátaim) nem értenek egyet az általam fontolgatott karrier lehetőségekkel és/vagy az általam kívánt karrier jellemzőkkel.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

34. Nehéznek találom a pályaválasztást, mert különböző, számomra fontos emberektől egymással ellentmondó javaslatokat kapok arra vonatkozóan, hogy milyen pálya lenne nekem megfelelő, és hogy mely karrierjellemzőknek kellene vezérelniük döntéseimet.

Egyáltalán nem jellemző rám 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Jól jellemez

Végezetül, milyennek értékelnéd a pályaválasztási döntésed meghozatalának nehézségét?

Könnyű 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Nehéz

Leírás és értékelési útmutató az alábbi könyvben található (ld. 4.1.3.3, és 8.3.3 alfejezet):

Pálvölgyi Lajos (2026). *Az életpálya-építés megalapozása fiatalokban*. Akadémiai Kiadó, Budapest, <https://mersz.hu/kiadvany/1398>

Forrás:

Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 510–526. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.43.4.510>

Olteanu, L. L. (2022). *A pályaválasztás neveléstudományi aspektusai*. Doktori disszertáció, Eszterházy Károly Katolikus Egyetem, <http://disszertacio.uni-eszterhazy.hu/93/>