

10. teszt

Énkép – testkép (Secord és Jourard, 1953; Lukács, D.- Pressing, L.(1988)

Az alábbiakban olyan tényezőket sorolunk fel, melyekkel mindannyian rendelkezünk, de előfordulásukkal, minőségükkel mégsem azonos mértékben vagyunk elégedettek. Kérjük, olvassa el a felsorolást és jelölje meg, hogy ön személy szerint mennyire elégedett a Felsorolt testi vagy lelki adottságaival. Előnyösnek tartja-e pillanatnyi formájában, vagy Esetleg szívesen változtatna a helyzeten, amennyiben ez módjában állna. Véleménye kifejezésére a következő öt fokozatot használja fel:

- (1.) Örülnék, ha módom nyílna egy kedvezőbb változásra.
- (2.) Nem vagyok különösebben elégedett, de már megbarátkoztam vele.
- (3.) Nincs különösebb véleményem.
- (4.) Elégedett vagyok vele.
- (5.) Szerencsésnek tartom magam e tekintetben.

1. Keresztnév.....
2. Az önkifejezés képessége.....
3. Ízlés az öltözködésben.....
4. Kötelességtudat.....
5. Tapasztaltság.....
6. Művészi képesség.....
7. Hangulat.....
8. Fantázia, képzelőerő.....
9. Önbizalom, magabiztosság.....
10. Irányítási képesség.....
11. Vezetéknév.....
12. Modor.....
13. Kézírás.....
14. Intelligencia szint.....
15. Mozdágos ügyesség(tánc, sport).....
16. Boldogság.....
17. Szerelem.....
18. Kézügyesség.....

1. Haj.....
2. Arcbőr.....
3. kezek.....
4. A szörzet megoszlása a testen.....
5. Orr.....
6. Emésztés.....
7. Derék.....
8. Fülel.....
9. Edzettség.....
10. Profil.....
11. Magasság.....
12. Életkor.....
13. A kéz ujjai.....
14. Vállszélesség.....
15. Szemek.....
16. Csípő.....
17. A bőr tulajdonságai.....
18. Fogak.....
19. Comb.....
20. Alvás.....
21. Egészségi állapot.....
22. Szexuális aktivitás.....
23. Testtartás.....
24. Testsúly.....

Értékelés: egyszerű átlagszámítás, nincsenek fordított tételek.

A 2,5 pont, vagy alacsonyabb érték általában az énkép illetve a testkép zavarát, önértékelési bizonytalanságot jelez.