

Dies ist ein Fragebogen, der messen soll, was sie im Moment denken. Kreuzen Sie einfach an, was für sie im Moment am ehesten zutrifft. Beantworten Sie bitte alle Aussagen, auch wenn Sie sich bei der einen oder anderen nicht ganz sicher sind.

trifft gar nicht zu

trifft sehr zu

1	Ich vertraue auf meine Fähigkeiten	①	②	③	④	⑤
2	Ich frage mich immerzu, ob andere einen guten oder schlechten Eindruck von mir haben.	①	②	③	④	⑤
3	Ich bin zufrieden damit, wie mein Körper aussieht.	①	②	③	④	⑤
4	Ich bin enttäuscht oder niedergeschlagen bezüglich meiner Leistung.	①	②	③	④	⑤
5	Ich habe das Gefühl, dass andere mich anerkennen und bewundern.	①	②	③	④	⑤
6	Ich fühle mich gehemmt.	①	②	③	④	⑤
7	Ich halte mich für genauso intelligent wie andere.	①	②	③	④	⑤
8	Ich fühle mich wohl in meiner Haut.	①	②	③	④	⑤
9	Ich finde, dass ich gut aussehe.	①	②	③	④	⑤
10	Ich mache mir Gedanken, darüber was andere Leute über mich denken.	①	②	③	④	⑤
11	Ich bin überzeugt davon, dass ich Zusammenhänge erfassen kann.	①	②	③	④	⑤
12	Ich empfinde mich als unattraktiv.	①	②	③	④	⑤
13	Es ist mir wichtig, welchen Eindruck ich hinterlasse.	①	②	③	④	⑤
14	Ich denke, ich mache meine Sache nicht gut.	①	②	③	④	⑤
15	Ich habe Angst, lächerlich zu erscheinen.	①	②	③	④	⑤

Skala zur Erfassung des Zustandsselbstwerts

Auswertungshinweise

- Umkodieren der folgenden Items: 2, 4, 6, 10, 12, 13, 14, 15
- Berechnung der Mittelwerte für die Subskalen und die Gesamtskala aus den Items
 - o Subskala Leistungsselbstwertschätzung (State): 1, 4, 7, 11, 14
 - o Subskala Soziale Selbstwertschätzung (State): 2, 6, 10, 13, 15
 - o Subskala Selbstwertschätzung Aussehen (State): 3, 5, 8, 9, 12
 - o Gesamtskala (State): 1 bis 15

Weitere Informationen zu den psychometrischen Eigenschaften:

Heatherton, T.F. & Polivy, J. (1991). Development and validation of a scale for measuring state self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 895-910.

Rudolph, A., Schröder-Abé, M., & Schütz, A. (2020). I like myself, I really do (at least right now). Development and validation of a brief and revised (German-language) version of the State Self-Esteem Scale. *European Journal of Psychological Assessment*, 36(1), 196–206.