**Vježba: TEST SAMOPOUZDANJA**

**Odgovorite s DA ili NE na sljedeća pitanja:**

1. Volite li  sebe?

2. Osjećate li se usamljeno većinu vremena?

3. Želite li drugačije izgledati?

4. Preuzimate li potpunu odgovornost za svoja djela?

5. Uspoređujete li se s drugima?

6. Zabrinjava li vas što drugi misle o vama?

7. Osjećate li se ugodno na zabavama?

8. Jeste li više fokusirani na svoje neuspjehe, nego na uspjehe?

9. Vjerujete li da ste vrijedni ljubavi!

10. Okrivljavate li druge često?

11. Okrivljavate li sebe često?

12. Da li odmah završite ono što ste započeli?

13. Trebate li priznanje kako biste se imali pozitivnu sliku o sebi?

14. Jeste li samosvjesni cijelo vrijeme?

15. Zauzimate li se za sebe?

16. Mislite li za sebe da ste talentirani?

17. Imate li snove i ciljeve koje želite ostvariti?

18. Dajete li drugima više nego što dobivate za sebe?

19. Jeste li iskreni prema sebi?

20. Smatrate li da možete vladati situacijom?

21. Volite li ponekad biti sami?

22. Da li uvijek ostvarujete postavljene ciljeve?

**Bodovanje**

Ako ste na sljedeća pitanja odgovorili sa DA, dodajte 1 bod na svaki odgovor:  
1, 4, 7, 9, 12, 14-22. Odgovor NE donosi 0 bodova.

Ako ste na sljedeća pitanja odgovorili sa DA, dodajte 0 bodova na svaki odgovor:  
2, 3, 5, 6, 8, 10, 11, 13. Odgovor NE donosi 1 bod.

Što je veći zbroj – imate više samopouzdanja.