

KWESTIONARIUSZ STANÓW EGO

0 - nigdy
1 - czasem
2 - często
3 - zawsze

Lp.	Pytanie	Odpowiedź
1	Czy Twoje opinie i sądy wydają Ci się bardziej prawdziwe (uzasadnione) niż sądy innych?	0 1 2 3
2	Czy przed podjęciem decyzji długo zbierasz informację?	0 1 2 3
3	Czy lubisz być innym potrzebny?	0 1 2 3
4	Czy w dyskusji narzucasz innym swoje zdanie?	0 1 2 3
5	Czy wcześniej określasz wynik swoich działań?	0 1 2 3
6	Czy działasz zgodnie ze swoimi impulsami?	0 1 2 3
7	Czy uważasz, że dawniej wszystko szło lepiej?	0 1 2 3
8	Czy w snach znajdujesz odpowiedź na pytania, które sobie zadajesz?	0 1 2 3
9	Czy czujesz się niezręcznie?	0 1 2 3
10	Czy Twoja odzież odpowiada Ci?	0 1 2 3
11	Czy pociąga Cię nieznane?	0 1 2 3
12	Czy przed podjęciem jakiegoś działania oczekujesz zdania innych na ten temat?	0 1 2 3
13	Czy ochraniasz innych?	0 1 2 3
14	Czy czujesz się zagubiony?	0 1 2 3
15	Czy sądzisz, że pragnąc czegoś możesz sprawić, że to nastąpi?	0 1 2 3
16	Czy wyrażasz złość?	0 1 2 3
17	Czy masz zmysł organizacyjny?	0 1 2 3
18	Czy udzielasz pomocy, mimo że Cię o nią nie proszą?	0 1 2 3
19	Czy jesteś krytyczny/a wobec innych?	0 1 2 3
20	Czy nowe sytuację wciągają, porywają Cię?	0 1 2 3
21	Czy akceptujesz opinie innych?	0 1 2 3
22	Czy masz poczucie poświęcenia się dla swojej rodziny, przyjaciół?	0 1 2 3
23	Czy aby wyrazić swoje zdanie czekasz, by Cię o nie poproszono?	0 1 2 3
24	Czy płatasz ludziom figle?	0 1 2 3
25	Czy uważasz, że trzeba się natrudzić, aby odnieść w życiu sukces?	0 1 2 3
26	Czy odczuwasz przyjemność w zabawie z dziećmi?	0 1 2 3
27	Czy pomagasz nieznanym w trudnościach?	0 1 2 3
28	Czy w sytuacjach ryzykownych podejmujesz środki ostrożności?	0 1 2 3
29	Czy czujesz się źle we własnej skórze?	0 1 2 3
30	Czy jesteś twórczy?	0 1 2 3
31	Czy interesuje Cię rozwiązywanie problemów?	0 1 2 3
32	Czy odkładasz na jutro, to co możesz zrobić dziś?	0 1 2 3
33	Czy lubisz uszczęśliwiać innych wbrew im samym?	0 1 2 3
34	Czy uważasz, że masz trafny sąd o innych?	0 1 2 3
35	Czy umiesz i przystosowujesz się do sytuacji nowych, nieznanych?	0 1 2 3
36	Czy masz intuicję?	0 1 2 3
37	Czy ciąży Ci obojętność innych w stosunku do Ciebie?	0 1 2 3
38	Czy poddajesz w wątpliwość przyjęte, uznane poglądy?	0 1 2 3
39	Czy dzieci Ci przeszkadzają?	0 1 2 3

40	Czy bierzesz pod uwagę problemy innych nawet wówczas, gdy Ciebie one bezpośrednio nie dotyczą?	0	1	2	3
41	Czy lubisz wykonywać różne ręczne prace?	0	1	2	3
42	Czy poszukujesz przyjemności?	0	1	2	3
43	Czy kontynuujesz dyskusje nawet wówczas, gdy się zgadzasz?	0	1	2	3
44	Czy łatwo zwracasz się do innych po imieniu?	0	1	2	3
45	Czy usiłujesz pocieszać innych?	0	1	2	3
46	Czy uważasz zachowanie innych za śmieszne?	0	1	2	3
47	Czy naprawdę wiesz czego pragniesz?	0	1	2	3
48	Czy jakaś część Ciebie wierzy w nadprzyrodzoność?	0	1	2	3
49	Czy lubisz zajmować się dziećmi?	0	1	2	3
50	Czy dostosowujesz swoje cele do własnych możliwości?	0	1	2	3
51	Czy masz trwałe mocne zasady moralne?	0	1	2	3
52	Czy miewasz tremę?	0	1	2	3
53	Czy wizualizujesz miejsca i sytuację, które mają nastąpić?	0	1	2	3
54	Czy domyślasz się co inni myślą?	0	1	2	3
55	Czy długo wahasz się przed podjęciem decyzji?	0	1	2	3
56	Czy jesteś zmysłowy/a?	0	1	2	3
57	Czy układasz przedmioty, które inni pozostawili nie na swoim miejscu?	0	1	2	3
58	Czy przy rozwiązywaniu problemu zakładasz zwykle kilka możliwości rozwiązań?	0	1	2	3
59	Czy czujesz się dobrze w swoim ciele?	0	1	2	3
60	Czy szybko wydajesz sądy na temat innych?	0	1	2	3

Pyt.	S	Pyt.	S	Pyt.	S	Pyt.	S	Pyt.	S	Pyt.	S
1		3		2		9		8		6	
4		13		5		12		11		10	
7		18		17		14		15		16	
19		22		21		23		24		20	
25		27		28		29		30		26	
34		33		31		32		35		41	
39		40		38		37		36		42	
46		45		47		43		48		44	
51		49		50		52		53		56	
60		57		58		55		54		59	
Rodzic krytyczny		Rodzic ochraniający		Dorosły		Dziecko dostosowane		Dziecko twórcze		Dziecko spontaniczne	

Rodzic krytyczny- krytyczny, pouczający, dominujący, autorytarny, moralizujący, dyrektywny, wydający reguły i przepisy. Wymaga respektowania reguł, przypomina, chwali, gani, potępia, aprobuje, zakazuje, pozwala, sądzi. Wyznacza granice bezpieczeństwa; może być nadto represjonujący.

Rodzic ochraniający- uważny, odpowiedzialny, troszczy się, bierze na siebie coś, zajmuje się, pociesza, dodaje otuchy, zachęca. Niepokoi się lub entuzjazmuje, zachęca lub współczuje, wskazuje co jest dobre i słuszne. Ochrania, a przede wszystkim przyzwala na różne zachowania; może być przytłaczający, nadmiernie ochraniający.

Dorośli- racjonalny, neutralny, logiczny, obiektywny, poszukuje informacji, konsekwentny, obiektywny, analizuje i wyciąga fakty. Wybiórczy i selekcyjny, podkreśla fakty i rzeczywistość. Predyspozycje do wszechstronnego rozwoju.

Dziecko dostosowane- podporządkowany wymaganiom i oczekiwaniom innych, nieśmiały, boi się konfliktów. Dostosowuje się do osób i do zdarzeń, respektuje savoir-vivre, podstawowym kryterium funkcjonowania jest bezpieczeństwo. Użyteczny w życiu społecznym, cechuje go zależność, podporządkowanie, niezdecydowanie.

Dziecko twórcze - twórczy, ciekawy, intuicyjny. Źródło kreatywności i intuicji.

Dziecko Spontaniczne- naturalny, wolny od wszelkich powściągów, emocjonalny, wrażliwy. Reaguje bezpośrednio, przyjemność vs cierpienie, zainteresowanie vs nuda, rozbawienie vs obojętność. Źródło energii, przyjemności; myślenie magiczne.

Opracowanie odpowiedzi, źródło: <http://forum-przebudzenie.rozwoj duchowy.net/?/p/4790/odwaga-bycia-sob%C4%85>