

Tag temperaturen på din vedholdenhed

Her er en række udsagn, som måske eller måske ikke gælder for dig. Der er ingen rigtige eller forkerte svar, så svar ærligt, i betragtning af hvordan du sammenligner dig med de fleste mennesker.

1) Jeg er ikke god til at bede andre om deres mening om mit arbejde.

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

2) Når jeg arbejder med opgaver i skolen, søger jeg viden og hjælp uden for skolen

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

3) Jeg sætter sjældent pris på min egen indsats.

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

4) Jeg lærer af mine fejl

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

5) Jeg tænker sjældent over, hvordan min egen indsats har været.

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

6) Jeg søger udfordringer

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

7) Jeg kan bevare koncentrationen, selvom jeg pludselig får lyst til noget.

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

8) Hvis jeg forstyrres af sult, larm, pauselyst eller lignende, så har jeg svært ved at fortsætte mit arbejde.

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

9) Jeg bliver ved med at arbejde med en opgave, selvom den er svær eller kedelig.

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

10) Jeg løser ofte kedelige eller svære opgaver, fordi jeg ved, at det kan være nødvendigt for at få succes.

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

11) Hvis jeg begår en fejl eller ikke lykkes, så er det ikke "verdens undergang".

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig

12) Hvis jeg møder modgang, har jeg svært ved at bevare optimismen.

- Beskriver mig meget godt
- Beskriver mig godt
- Beskriver ikke mig til dels
- Beskriver mig mindre godt
- Beskriver slet ikke mig



Scoring:

Spørgsmål 2,4,6,7,9,10 og 11 tildeles:

- 5- Beskriver mig meget godt
- 4- Beskriver mig godt
- 3- Beskriver ikke mig til dels
- 2- Beskriver mig mindre godt
- 1- Beskriver slet ikke mig

Spørgsmål 1, 3, 5, 8, og 12 tildeles:

- 1- Beskriver mig meget godt
- 2- Beskriver mig godt
- 3- Beskriver ikke mig til dels
- 4- Beskriver mig mindre godt
- 5- Beskriver slet ikke mig

Læg point fra nedenstående punkter sammen og indsæt i skema:

- 1,2 og 3 og indsæt i skema und *Netværker*
- 4, 5 og 6 og indsæt i skema under *Tror på egne evner*
- 7, 8 og 9 og indsæt i skema under *Styrer*
- 10, 11 og 12 og indsæt i skema under *Engagerer*

Herefter forbindes punkterne.

