**Подведите итоги работы по шкале уверенности**

1 – совершенно не согласен

2 -- немного не согласен

3 -- все равно

4 -- немного согласен

5 -- полностью согласен

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|  | Если я прикладываю достаточно усилий, мне всегда удается решать трудные проблемы |  |  |  |  |  |
|  | Если люди не соглашаются со мной, я все равно могу отыскать способы, позволяющие мне добиться желаемого |  |  |  |  |  |
|  | Мне легко удается не сбиваться с пути, достигая своей цели |  |  |  |  |  |
|  | У меня достаточно ресурсов, чтобы справляться с непредвиденными ситуациями в разных областях жизни |  |  |  |  |  |
|  | Я уверен, что всегда могу справляться с возникшими непредвиденными ситуациями |  |  |  |  |  |
|  | Я всегда говорю «да» новым возможностям |  |  |  |  |  |
|  | Я спокойно воспринимаю трудности, как личной, так и в профессиональной жизни |  |  |  |  |  |
|  | Я способен решить большую часть проблем, которые возникают в моей жизни |  |  |  |  |  |
|  | Большую часть времени я чувствую себя полным сил и энергии |  |  |  |  |  |
|  | Я уверен, что могу справиться со всеми неприятностями, которые встречаются на моем пути |  |  |  |  |  |
|  | Сумма оценок по 10 утверждениям |  |  |  |  |  |