

Уровень субъективного контроля

Инструкция: Ответьте, пожалуйста, на поставленные вопросы, отмечая одну из градаций 7-балльной шкалы. Отметьте номер Вашего ответа на «бланке ответов».

Варианты ответов: +3 (полностью согласен); +2 (согласен); +1 (скорее согласен, чем не согласен); -1 (скорее не согласен, чем согласен); -2 (не согласен); -3 (полностью не согласен).

1. Продвижение по службе больше зависит от удачного стечения обстоятельств, чем от способностей и усилий человека.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
2. Большинство разводов происходит от того, что люди не захотели приспособиться друг к другу.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
3. Болезнь - дело случая; если уж суждено заболеть, то ничего не поделаешь.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
4. Люди оказываются одинокими из-за того, что сами не проявляют интереса и дружелюбия к окружающим.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
5. Осуществление моих желаний часто зависит от везения.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
6. Бесплезно предпринимать усилия для того, чтобы завоевать симпатии других людей.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
7. Внешние обстоятельства - родители и благосостояние - влияют на семейное счастье не меньше, чем отношения супругов.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
8. Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
9. Как правило, руководство оказывается более эффективным, когда полностью контролирует действия подчиненных, а не полагается на их самостоятельность.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
10. Мои отметки в школе часто зависели больше от случайных обстоятельств (например, от настроения учителя), чем от моих собственных усилий.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
11. Когда я строю планы, то я, в общем, верю, что смогу осуществить их.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
12. То, что многим людям кажется удачей или везением, на самом деле является результатом долгих целенаправленных усилий.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
13. Думаю, что правильный образ жизни может больше помочь здоровью, чем врачи и лекарства.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
14. Если люди не подходят друг другу, то, как бы они ни старались, наладить семейную жизнь они всё равно не смогут.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
15. То хорошее, что я делаю, обычно бывает по достоинству оценено другими.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
16. Дети вырастают такими, какими их воспитывают родители.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
17. Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
18. Я стараюсь не планировать далеко вперед, потому что немало зависит от того, как сложатся обстоятельства.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
19. Мои отметки в школе больше всего зависели от моих усилий и степени подготовленности.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
20. В семейных конфликтах я чаще чувствую вину за собой, чем за противоположной стороной.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
21. Жизнь большинства людей зависит от стечения обстоятельств.	-3	-2	-1	+1	+2	+3

Уровень субъективного контроля

Варианты ответов: +3 (полностью согласен); +2 (согласен); +1 (скорее согласен, чем не согласен); -1 (скорее не согласен, чем согласен); -2 (не согласен); -3 (полностью не согласен).							
22.	Я предпочитаю такое руководство, при котором можно самостоятельно определять, что и как делать.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
23.	Думаю, что мой образ жизни ни в коей мере не является причиной моих болезней.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
24.	Как правило, именно неудачное стечение обстоятельств мешает людям добиться успехов в своём деле.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
25.	В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
26.	Я часто чувствую, что ничего не могу изменить в сложившихся отношениях в семье.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
27.	Если я очень захочу, то смогу расположить к себе почти любого.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
28.	На подрастающее поколение влияет так немало разных обстоятельств, что усилия родителей по их воспитанию часто оказываются бесполезными.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
29.	То, что со мной случается - это дело моих собственных рук.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
30.	Трудно бывает понять, почему руководители поступают именно так, а не иначе.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
31.	Человек, который не смог добиться успеха в своей работе, скорее всего не проявлял достаточно усилий.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
32.	Чаще всего я могу добиться от членов моей семьи того, что я хочу.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
33.	В неприятностях и неудачах, которые были в моей жизни, чаще больше были виноваты другие люди, чем я сам.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
34.	Ребёнка всегда можно уберечь от простуды, если за ним следить и правильно одевать.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
35.	В сложных обстоятельствах я предпочитаю подождать, пока проблемы разрешатся сами собой.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
36.	Успех является результатом упорной работы и мало зависит от случая или везения.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
37.	Я чувствую, что от меня больше, чем от кого бы то ни было, зависит счастье моей семьи.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
38.	Мне всегда было трудно понять, почему я нравлюсь одним людям и не нравлюсь другим.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
39.	Я всегда предпочитаю принять решение и действовать самостоятельно, а не надеяться на помощь других людей или на судьбу.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
40.	К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными, несмотря на все его старания.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
41.	В семейной жизни бывают такие ситуации, которые невозможно разрешить даже при самом сильном желании.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
42.	Способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только самих себя.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
43.	Многие мои успехи были возможны только благодаря помощи других.	-3	-2	-1	+1	+2	+3
44.	Большинство неудач в моей жизни произошло от неумения, лени и мало зависело от везения или невезения.	-3	-2	-1	+1	+2	+3