**Previsoki standardi**

Odgovorite na stavke koristeći navedenu skalu. Ocenite svaku stavku na osnovu toga kako se osećate ili ponašate *u globalu tokom svog odraslog doba*. Ako ima mnogo varijacija tokom različitih perioda vašeg odraslog doba, više se, u ocenjivanju stavki, fokusirajte na *poslednju godinu-dve.*

 1 potpuno netačno me opisuje

 2 uglavnom me netačno opisuje

 3 malo više tačno nego netačno me opisuje

 4 umereno tačno me opisuje

 5 uglavnom me tačno opisuje

 6 savršeno me opisuje

|  |  |
| --- | --- |
| **Ocena** | **Opis** |
|  | 1.Ne mogu da prihvatim drugo mesto. Moram da budem najbolji/a u većini stvari koje radim.  |
|  | 2. Ništa što radim nije dovoljno dobro. |
|  | 3. Trudim se da sve držim u savršenom redu. |
|  | 4. Moram uvek da izgledam najbolje što mogu. |
|  | 5. Imam toliko toga da postignem, da nemam vremena za opuštanje. |
|  | 6. Moji odnosi sa drugima trpe jer previše pritiskam sebe. |
|  | 7. Moje zdravlje trpi jer dovodim sebe do toga da osećam veliki pritisak. |
|  | 8. Zaslužujem strogu kritiku kada pogrešim. |
|  | 9. Veoma sam sklon/a nadmetanju. |
|  | 10. Bogatstvo i status su mi veoma važni. |