

Skala zur Erfassung von Selbstwertkontingenzen (dt. nach Schütz et al., 2003)

Crocker, J., Luthenan, R., Cooper, M. L., & Bouvrette, A. (2003). Contingencies of Self-Worth in College Students: Theory and Measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 894-908.

Bitte nehmen Sie zu jeder der folgenden Aussagen Stellung, indem Sie eine Antwortalternative von 1 ('lehne sehr stark ab') bis 7 ('stimme sehr stark zu') ankreuzen. Wenn Sie eine der beschriebenen Situationen noch nicht erlebt haben, stellen Sie sich bitte vor, wie Sie sich in der Situation fühlen würden.

		lehne sehr ab	lehne ab	lehne ein wenig ab	neutral	stimme ein wenig zu	stimme zu	stimme sehr zu
1.	Wenn ich denke, dass ich attraktiv aussehe, fühle ich mich gut.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2.	Mein Selbstwertgefühl ist durch meinen Glauben an die Liebe Gottes begründet.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3.	Wenn ich Aufgaben besser als andere erfülle oder mein Können zeigen kann, fühle ich mich wertvoll.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4.	Mein Selbstwertgefühl hängt nicht vom Aussehen meines Körpers ab.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5.	Wenn ich etwas tue, das nicht in Ordnung ist, verliere ich die Achtung vor mir selbst.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6.	Es macht mir nichts aus, wenn andere eine schlechte Meinung von mir haben.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7.	Wenn ich weiß, dass meine Familie mich liebt, fühle ich mich gut.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8.	Ich fühle mich wertvoll, weil Gott mich liebt.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9.	Wenn andere mich nicht achten, kann ich mich selbst auch nicht achten.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10.	Mein Selbstwertgefühl wird nicht durch die Qualität meiner Beziehung beeinflusst.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
11.	Wenn ich mich gemäß meiner moralischen Prinzipien verhalte, steigt meine Selbstachtung.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
12.	Wenn ich weiß, dass ich anderen bei einer Aufgabe überlegen bin, steigt mein Selbstwertgefühl.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
13.	Wie viel ich leiste, hat auf meine Meinung über mich selbst keinen Einfluss.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

		lehne sehr ab	lehne ab	lehne ein wenig ab	neutral	stimme ein wenig zu	stimme zu	stimme sehr zu
14.	Ich könnte mich nicht respektieren, würde mein Verhalten moralische Prinzipien verletzen.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
15.	Es ist mir gleichgültig, was andere über mich denken.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
16.	Wenn meine Familie auf mich stolz ist, steigt mein Selbstwertgefühl.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
17.	Mein Selbstwertgefühl wird davon beeinflusst, wie attraktiv ich mein Gesicht oder mein Aussehen erlebe.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
18.	Wenn ich nicht von Gott geliebt würde, empfinde ich mich als weniger wertvoll.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
19.	Gute Leistungen zu erbringen, verschafft mir ein Gefühl der Selbstachtung.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
20.	Besser zu sein als andere, gibt mir ein Gefühl der Selbstachtung.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
21.	Mein Selbstwertgefühl leidet, wenn ich finde, dass ich nicht gut aussehe.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
22.	Ich fühle mich besser, wenn ich weiß, dass ich gute Leistungen erbringe.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
23.	Was andere von mir denken, hat keine Auswirkung darauf, was ich selbst von mir denke.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
24.	Wenn ich mich von meiner Familie nicht geliebt fühle, sinkt mein Selbstwertgefühl.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
25.	Meine Selbstbewertung wird davon beeinflusst, wie gut ich im Vergleich mit anderen abschneide.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
26.	Ich fühle mich wertvoll, wenn ich spüre, dass Gott mich liebt.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
27.	Mein Selbstwertgefühl wird durch meine Erfolge beeinflusst.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
28.	Mein Selbstwertgefühl würde leiden, würde ich etwas Unethisches tun.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
29.	Für meine Selbstachtung ist es wichtig, dass ich eine Familie habe, die sich um mich sorgt.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
30.	Mein Selbstwertgefühl hängt nicht davon ab, ob ich mich attraktiv fühle oder nicht.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

		lehne sehr ab	lehne ab	lehne ein wenig ab	neutral	stimme ein wenig zu	stimme zu	stimme sehr zu
31.	Wenn ich denke, dass ich Gott nicht gehorche, fühle ich mich schlecht.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
32.	Mein Selbstwert ist davon abhängig, wie gut ich mich im Wettbewerb behaupte.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
33.	Ich fühle mich schlecht, wenn meine Leistung nachlässt.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
34.	Mein Selbstwert hängt davon ab, wie gut ich meinen moralischen und ethischen Grundsätzen folge.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
35.	Mein Selbstwert hängt davon ab, was andere über mich denken.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

Es ist unterschiedlich, woraus Menschen ihr Selbstwertgefühl beziehen. Bitte überlegen Sie wie das bei Ihnen ist und ordnen Sie die 7 untenstehenden Selbstwertquellen nach der Stärke ihrer Bedeutung für Sie persönlich.

Verwenden Sie bitte die Nummer 1 für die bedeutendste Quelle und ordnen Sie dann den weiteren Quellen Ihrer Rangreihe nach die Zahlen bis 7 (= unbedeutendste Quelle) zu

- _____ - Rückhalt in der Familie zu haben
- _____ - Besser zu sein als andere
- _____ - Gut auszusehen
- _____ - Von Gott geliebt zu werden
- _____ - Gute Leistungen zu erbringen, erfolgreich zu sein
- _____ - Nach ethischen Prinzipien zu handeln
- _____ - Von anderen akzeptiert zu werden

Auswertung

Es besteht die Möglichkeit, sowohl den Gesamt-Rohwert als auch die Rohwerte der einzelnen Subskalen der *Contingencies of Self-Worth Scale (CSWS)* zu berechnen.

Im Folgenden finden Sie eine Auflistung der einzelnen Subskalen mit den dazugehörigen Items:

Subskala *Unterstützung durch die Familie*: Itemnummern 7, 10*, 16, 24, und 29.

Subskala *Wettbewerb*: Itemnummern 3, 12, 20, 25, und 32.

Subskala *Physische Attraktivität*: Itemnummern 1, 4*, 17, 21, und 30*.

Subskala *Glaube an Gott*: Itemnummern 2, 8, 18, 26, und 31.

Subskala *Berufliche Fähigkeiten*: Itemnummern 13*, 19, 22, 27, und 33.

Subskala *Tugend*: Itemnummern 5, 11, 14, 28, und 34.

Subskala *Anerkennung durch andere*: Itemnummern 6*, 9, 15*, 23*, und 35.

Um den jeweiligen Rohwert der einzelnen Subskalen zu berechnen, ist es notwendig – pro Subskala – die angekreuzten Punktwerte der zugehörigen Items aufzuaddieren.

Dabei ist zu beachten, dass alle mit einem * gekennzeichneten Items zuerst invertiert werden müssen bevor sie addiert werden können.

Bei der Invertierung wird der jeweilige Punktwert eines Items in sein Gegenteil verkehrt.

Wenn eine Person z.B. den Wert ⑦ für ein Item vergibt, dann wird der Punktwert „1“ addiert, für den Wert ⑥ wird der Punktwert „2“ addiert, für den Wert ⑤ der Punktwert „3“, usw.

Um dieses Vorgehen zu vereinfachen, finden Sie am Ende dieses Abschnittes eine Übersichtstabelle (Tab.1): In der ersten Zeile werden die Item-Werte, wie sie im Fragebogen verwendet werden, dargestellt und in der zweiten Zeile sind die invertierten Item-Werte abgebildet.

Die Summe der invertierten Item-Werte wird dann zu der Summe der anderen Item-Werte addiert und man erhält den Gesamt-Punktwert bzw. -Rohwert der jeweiligen Subskala.

Um den Gesamt-Rohwert der CSWS zu berechnen, müssen alle zuvor berechneten Subskalen-Rohwerte aufsummiert werden.

1	Item-Punktwerte-normal	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2	Item-Punktwerte-invertiert	⑦	⑥	⑤	④	③	②	①

Tabelle 1: Darstellung der Invertierung der Item-Punktwerte