

TEST VYTRVALOSTI (A. DUCKWORTH)

VÝROK	Vůbec se mi to nepodobá	Moc se mi to nepodobá	Trochu se mi to podobá	Dost se mi to podobá	To jsem celý/á já
1. Nové nápady a projekty mě někdy odvedou od těch předchozích.	5	4	3	2	1
2. Nezdary mě neodradí. Nevzdávám se snadno.	1	2	3	4	5
3. Často si stanovím cíl, ale později se rozhodnu realizovat jiný.	5	4	3	2	1
4. Pracuji vždy usilovně.	1	2	3	4	5
5. Dělá mi potíže se soustředit na projekty, které trvají déle než několik měsíců	5	4	3	2	1
6. Když něco začnu, tak to taky dokončím.	1	2	3	4	5
7. Mé zájmy se rok od roku mění.	5	4	3	2	1
8. Jsem svědomitý/á. Nikdy se nevzdávám.	1	2	3	4	5
9. Byl/a jsem krátce posedlý/á určitým nápadem, ale pak jsem ztratil/a zájem.	5	4	3	2	1
10. Překonal/a jsem překážky, abych zdolal/a důležitou výzvu.	1	2	3	4	5

POKYNY: Sečtete body z políček, která jste označili a součet vydělte deseti. Maximální skóre, kterého můžete dosáhnout je pět (extrémní houževnatost), nejnižší skóre je jedna (velmi nízká houževnatost).

Zdroj: Duckworth, A. (2017). Houževnatost.