

浙江省杭州市睿麟精神卫生中心
自尊量表(SES-10)

年龄: 26

开单时间: 2024-09-13 14:59:22

维度	原始分	标准分	参考诊断	均分±标准差
总分	19	19	中度†	-



测评结论:

您的自尊水平比较低。您难以摆正对待自己的态度，不能够正确认识真实的自己，认为自己不如别人，回避挑战，自尊心不足。

医疗建议：

日常建议：

您可以尝试每天记录当天生活中您觉得您做的比较好的事情，可能的话再记录在做这些事情之前自己的心态，定时拿出来评估一下自己的真实状况，这对您真正认识自己会很有帮助的。

本报告仅供参考，具体情况请以医生诊断为准