

Résultats questionnaire « VOTRE ESTIME DE SOI »

Ce questionnaire est la traduction française de l'un des outils d'évaluation de l'estime de soi les plus utilisés par la recherche en psychologie et en psychiatrie : l'échelle de Rosenberg.

1. Calculez vos résultats

Comptez vos points selon les indications suivantes :

Pour les questions **1,3,4 7,10**

- Si vous avez répondu « tout à fait d'accord » comptez **4 points**
- Si vous avez répondu « d'accord » comptez **3 points**
- Si vous avez répondu « pas d'accord » comptez **2 points**
- Si vous avez répondu « pas du tout d'accord » comptez **1 point**

Pour les questions **2, 5, 6,8, 9**

- Si vous avez répondu « tout à fait d'accord » comptez **1 points**
- Si vous avez répondu « d'accord » comptez **2 points**
- Si vous avez répondu « pas d'accord » comptez **3 points**
- Si vous avez répondu « pas du tout d'accord » comptez **4 points**

2. Faites la somme de tous vos points. Vous obtenez alors un score entre 10 et 40.
L'interprétation des résultats est identique pour un homme ou une femme.

Si vous obtenez un score entre 34 et 40 , votre estime de soi est haute. Ce résultat va peut-être encore augmenter votre estime de soi....

Si vous obtenez un score entre 17 et 33, vous êtes dans le groupe des sujets à estime de soi moyenne. Le questionnaire ne tranche pas, mais peut être pouvez-vous le faire vous-même : à quel groupe avez-vous le sentiment d'appartenir ? Haute ou basse estime de soi ?