

## QUESTIONNAIRE ESTIME DE SOI ROSENBERG

En répondant à ce test, vous pourrez ainsi obtenir une évaluation de votre estime de soi.

Lisez attentivement chaque item et répondez sans prendre trop de temps en cochant d'une croix la colonne qui se rapproche le plus de votre point de vue *actuel*.

	Tout à fait d'accord	D'accord	Peu d'accord	Pas du tout d'accord
1) Dans l'ensemble, je suis satisfait(e) de moi				
2) Des fois je pense que je ne vauds rien				
3) Je pense que j'ai un certain nombre de bonnes qualités				
4) Je suis capable de faire des choses aussi bien que la plupart des gens				
5) Je sens qu'il n'y a pas grand-chose en moi dont je puisse être fier (fière)				
6) Parfois, je me sens réellement inutile				
7) Je pense que je suis quelqu'un de valable, autant que les autres gens				
8) J'aimerais pouvoir avoir plus de respect pour moi-même				
9) Tout bien considéré j'ai tendance à penser que je suis un (e) raté(e)				
10) J'ai une opinion positive de moi-même				