

# Échelle de Rosenberg pour mesurer son estime de soi

	A. En désaccord à 100%	B. Plutôt en désaccord	C. Plutôt en accord	D. En accord à 100%
1. Je sens que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
2. Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
3. En général, j'ai tendance à penser que je suis un raté	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
4. Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5. Je sens peu de raisons d'être fier de moi	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
6. J'ai une attitude positive vis-à-vis de moi-même	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
7. J'ai que peu de respect pour moi-même	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
8. Dans l'ensemble, je suis satisfait de moi	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
9. Parfois, je me sens vraiment inutile	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
10. Il m'arrive de penser que je suis un bon à rien	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>



# Échelle de Rosenberg pour mesurer son estime de soi

	A. En désaccord à 100%	B. Plutôt en désaccord	C. Plutôt en accord	D. En accord à 100%	Mon resultat
1. Je sens que je suis une personne de valeur, au moins égale à n'importe qui d'autre	1	2	3	4	<input type="text"/>
2. Je pense que je possède un certain nombre de belles qualités	1	2	3	4	<input type="text"/>
3. En général, j'ai tendance à penser que je suis un raté	4	3	2	1	<input type="text"/>
4. Je suis capable de faire les choses aussi bien que la majorité des gens	1	2	3	4	<input type="text"/>
5. Je sens peu de raisons d'être fier de moi	4	3	2	1	<input type="text"/>
6. J'ai une attitude positive vis-à-vis de moi-même	1	2	3	4	<input type="text"/>
7. J'ai que peu de respect pour moi-même	4	3	2	1	<input type="text"/>
8. Dans l'ensemble, je suis satisfait de moi	1	2	3	4	<input type="text"/>
9. Parfois, je me sens vraiment inutile	4	3	2	1	<input type="text"/>
10. Il m'arrive de penser que je suis un bon à rien	4	3	2	1	<input type="text"/>
<b>MON NIVEAU D'ESTIME DE SOI EST DE :</b>					<input type="text"/>

**Pour comprendre son résultat** <https://christellemarchettiveclin.ca/fr/developper-son-estime-de-soi>

