BESAA

Skala zur Körperwertschätzung für Jugendliche und Erwachsene (BESAA)

Die BESAA ist ein Selbstbeurteilungsfragebogen zur Messung der Körperwertschätzung bei Jugendlichen und Erwachsenen. Sie untersucht mit mehreren Subskalen verschiedene Aspekte der Körperwahrnehmung und ermöglicht so die Einschätzung positiver oder negativer Einstellungen zum eigenen Körper. Das Verfahren wird im klinischen Kontext und in der Forschung häufig eingesetzt, um Körperunzufriedenheit zu erkennen oder Veränderungen nach Interventionen zu verfolgen.

Anzahl der Fragen	23 Fragen
Geschätzte Dauer	10 Minuten
Sprache	Deutsch
Originalname	Body Esteem Scale for Adolescents and Adults
Zielgruppe	Jugendliche, Erwachsene
Autor:innen	Michele L. Mendelson, J. Kathryn White (1996)
Kategorie	Körperbild

Vorschau der 23 Fragen

Ich mag, wie ich auf Fotos aussehe.

0 - Nie | 1 | 2 | 3 | 4 - Immer

Andere Menschen finden mich gutaussehend.

0 - Nie | 1 | 2 | 3 | 4 - Immer

Ich bin stolz auf meinen Körper.

0 - Nie | 1 | 2 | 3 | 4 - Immer

Ich bin sehr damit beschäftigt, mein Körpergewicht verändern zu wollen.

0 - Nie | 1 | 2 | 3 | 4 - Immer

Ich glaube, mein Aussehen würde mir helfen, eine Stelle zu bekommen.

0 - Nie | 1 | 2 | 3 | 4 - Immer

Auswertung und Interpretation

Die Antworten erfolgen auf einer fünfstufigen Likert-Skala (von „nie“ bis „immer“). Die Werte werden für jede Subskala (Aussehen, Gewicht, Zuschreibung) getrennt berechnet und anschließend zu einem Gesamtwert der Körperwertschätzung addiert. Höhere Werte weisen auf eine bessere Körperwertschätzung hin.