BESAA

# Échelle d'estime corporelle pour adolescents et adultes (BESAA)

La BESAA est un questionnaire d'auto-évaluation conçu pour mesurer l'estime corporelle chez les adolescents et les adultes. Elle examine différents aspects de la perception corporelle à travers plusieurs sous-échelles, permettant d'évaluer les attitudes positives ou négatives vis-à-vis du corps. Cet outil est fréquemment utilisé dans des contextes cliniques et de recherche pour détecter une insatisfaction corporelle ou surveiller l'évolution suite à des interventions.

| | |
|---|---|
| Nombre de questions | 23 questions |
| Durée estimée | 10 minutes |
| Langue | Français |
| Nom original | Body Esteem Scale for Adolescents and Adults |
| Public cible | Adolescents, adultes |
| Auteurs | Michele L. Mendelson, J. Kathryn White (1996) |
| Catégorie | Acceptation corporelle |

## Aperçu des 23 questions

J'aime mon apparence sur les photos.

0 - Jamais | 1 | 2 | 3 | 4 - Toujours

Les autres me trouvent beau ou belle.

0 - Jamais | 1 | 2 | 3 | 4 - Toujours

Je suis fier(ère) de mon corps.

0 - Jamais | 1 | 2 | 3 | 4 - Toujours

Je suis préoccupé(e) par l'idée de changer mon poids.

0 - Jamais | 1 | 2 | 3 | 4 - Toujours

Je pense que mon apparence m'aiderait à obtenir un emploi.

| 0 - Jamais | 1 | 2 | 3 | 4 - Toujours |
|---|---|---|---|---|

## Cotations & interprétations

Les réponses sont données sur une échelle de Likert à 5 points (de "jamais" à "toujours"). Les scores sont calculés séparément pour chaque sous-échelle (apparence, poids, attribution) puis additionnés pour obtenir un score global d’estime corporelle. Des scores élevés indiquent une meilleure estime corporelle.