BI-AAQ

Questionnaire d’acceptation et d’action sur l’image corporelle (BI-AAQ)

Le BI-AAQ est un auto-questionnaire destiné à évaluer l’acceptation de l’image corporelle en lien avec la flexibilité psychologique. Il mesure la capacité de l’individu à accepter ses pensées et émotions liées à l’apparence physique, et à agir en accord avec ses valeurs malgré les préoccupations corporelles. Il est utilisé notamment dans le contexte des troubles de l’alimentation et des thérapies d’acceptation et d’engagement (ACT).

Nombre de questions	12 questions
Durée estimée	5 minutes
Langue	Français
Nom original	Body Image Acceptance and Action Questionnaire
Public cible	Adultes
Auteurs	Emily K. Sandoz, Kelly G. Wilson, Rhonda M. Merwin, Karen Kate Kellum (2013)
Catégorie	Acceptation corporelle

Aperçu des 12 questions

Me préoccuper de mon poids m'empêche de vivre une vie qui a de la valeur à mes yeux.

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

Je me soucie trop de mon poids et de la forme de mon corps.

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

Je me ferme quand je me sens mal par rapport à la forme de mon corps ou à mon poids.

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

Mes pensées et mes sentiments à propos de mon poids et de ma silhouette doivent changer avant que je puisse franchir des étapes importantes dans ma vie.

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

Me préoccuper de mon corps me prend trop de temps.

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

Cotations & interprétations

Chaque item est noté sur une échelle de Likert à 7 points (de 1 = « jamais vrai » à 7 = « toujours vrai »). Les scores sont inversés pour certains items afin qu'un score total élevé indique une faible acceptation et une faible flexibilité psychologique par rapport à l'image corporelle. Interprétez un score élevé comme indiquant davantage de lutte avec l'acceptation de son image corporelle.

Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement | Voir tous les questionnaires

★★★★★

“Sceptique au départ, je ne peux finalement plus me passer de cet outil dans ma pratique.”

 Elodie C. - Psychologue TCC