ESS

Échelle d'expérience de la honte (ESS)

L'Experience of Shame Scale (ESS) est un questionnaire d'auto-évaluation permettant d'évaluer la disposition d'un individu à ressentir de la honte sur différentes dimensions (comportement, apparence, et caractère). Il mesure la fréquence et l'intensité de la honte vécue, offrant aux psychologues un outil fiable pour examiner le rôle de ce sentiment dans la psychopathologie.

Nombre de questions	25 questions
Durée estimée	5 minutes
Langue	Français
Nom original	Experience of Shame Scale
Public cible	Adulte
Auteurs	Bernard Andrews, John Q. Hunter (2002)
Catégorie	Global

Aperçu des 25 questions

À un moment ou à un autre au cours de l'année écoulée :

Avez-vous eu honte de certaines de vos habitudes personnelles ?

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup

À un moment ou à un autre au cours de l'année écoulée :

Vous êtes-vous inquiété(e) de ce que les autres pensent de certaines de vos habitudes personnelles ?

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup

À un moment ou à un autre au cours de l'année écoulée :

Avez-vous essayé de cacher ou de dissimuler certaines de vos habitudes personnelles ?

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup

À un moment ou à un autre au cours de l'année écoulée :

Avez-vous eu honte de votre manière d'être avec les autres ?

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup

À un moment ou à un autre au cours de l'année écoulée :

Vous êtes-vous inquiété(e) de ce que les autres pensent de votre manière d'être avec les autres ?

Pas du tout | Un peu | Modérément | Beaucoup

Cotations & interprétations

Chaque item est coté sur une échelle de 1 (jamais) à 4 (presque toujours). Le score total est obtenu en additionnant les réponses à chaque item, plus le score est élevé, plus l'expérience de honte est importante. Il est également possible d'analyser les sous-échelles (comportement, apparence, caractère).