ISS

Échelle de honte intériorisée (ISS)

L'Internalized Shame Scale (ISS) évalue le niveau de honte intériorisée chez l'individu, avec un accent sur les sentiments personnels chroniques de honte et d'inadéquation. Principalement utilisée en clinique pour détecter les problématiques liées à l'estime de soi, à l'anxiété sociale et aux troubles d'attachement.

Nombre de questions	30 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Internalized Shame Scale
Public cible	Adulte
Auteurs	Dan W. Cook (1987)
Catégorie	Global

Aperçu des 30 questions

J'ai le sentiment de ne jamais être tout à fait à la hauteur.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Presque toujours

Je me sens en quelque sorte mis(e) à l'écart.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Presque toujours

Je pense que les gens me regardent de haut.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Presque toujours

Dans l'ensemble, j'ai tendance à penser que je réussis.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Presque toujours

Je me fais des reproches et je me rabaisse.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Presque toujours

Cotations & interprétations

Les items sont cotés sur une échelle de type Likert à 5 points (allant de 'jamais' à 'presque toujours'). Les scores sont additionnés ; un score élevé indique une honte intériorisée importante. Certains items sont inversés lors de la cotation.