SIBID

Inventaire situationnel de la dysphorie de l'image corporelle (SIBID)

Le SIBID est un outil d'auto-évaluation conçu pour mesurer la fréquence et l'intensité de la dysphorie liée à l'image corporelle dans diverses situations de la vie quotidienne. Il permet d'identifier dans quels contextes les individus ressentent un malaise ou une insatisfaction corporelle, contribuant ainsi à l'évaluation clinique des troubles liés à l'image corporelle.

Nombre de questions	48 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Situational Inventory of Body-Image Dysphoria
Public cible	Adultes et adolescents
Auteurs	Thomas F. Cash (1997)
Catégorie	Acceptation corporelle

Aperçu des 48 questions

À quelle fréquence ressentez-vous des émotions négatives à propos de votre apparence physique dans les situations suivantes ?

Quand quelqu'un regarde des parties de mon apparence que je n'aime pas

Jamais | Parfois | Assez souvent | Souvent | Toujours ou presque toujours

À quelle fréquence ressentez-vous des émotions négatives à propos de votre apparence physique dans les situations suivantes ?

Quand j'essaie de nouveaux vêtements dans un magasin

Jamais | Parfois | Assez souvent | Souvent | Toujours ou presque toujours

À quelle fréquence ressentez-vous des émotions négatives à propos de votre apparence physique dans les situations suivantes ?

Quand quelqu'un fait des remarques défavorables sur mon apparence

Jamais | Parfois | Assez souvent | Souvent | Toujours ou presque toujours

À quelle fréquence ressentez-vous des émotions négatives à propos de votre apparence physique dans les situations suivantes ?

Quand mes vêtements ne me vont pas bien

Jamais | Parfois | Assez souvent | Souvent | Toujours ou presque toujours

À quelle fréquence ressentez-vous des émotions négatives à propos de votre apparence physique dans les situations suivantes ?

Quand mon ou ma partenaire me voit nu(e)

Jamais | Parfois | Assez souvent | Souvent | Toujours ou presque toujours

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 coté sur une échelle de 0 (Jamais) à 4 (Toujours). Les scores sont additionnés pour obtenir un score total reflétant la sévérité de la dysphorie corporelle en situation. Il est possible de calculer des scores pour différentes sous-échelles correspondant à des contextes ou situations spécifiques.

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

★★★★★

“J’utilise désormais la plateforme au quotidien tant elle s’avère complète, fiable et d’une grande simplicité d’utilisation.”

Julie V. - Psychologue en ligne