SPSSE

Échelle d’auto-efficacité sociale perçue (SPSSE)

L’échelle SPSSE évalue le niveau de confiance ressenti par un individu dans sa capacité à gérer efficacement des situations sociales variées. Elle est particulièrement utilisée pour mesurer l’auto-efficacité sociale chez les adolescents et les jeunes adultes dans des contextes cliniques ou de recherche, et permet d’identifier les difficultés potentielles dans les interactions sociales.

Nombre de questions	25 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Scale of Perceived Social Self-Efficacy
Public cible	Adolescents, jeunes adultes
Auteurs	Lisa Smith, Nancy Betz (2000)
Catégorie	Problème de relation interpersonnelle, Estime de soi

Aperçu des 25 questions

À quel point avez-vous confiance en votre capacité à accomplir chacune des tâches suivantes ?

Engager la conversation avec une personne que vous ne connaissez pas très bien.

Aucune confiance | Peu de confiance | Confiance modérée | Beaucoup de confiance | Confiance totale

À quel point avez-vous confiance en votre capacité à accomplir chacune des tâches suivantes ?

Exprimer votre opinion devant un groupe de personnes qui discutent d'un sujet qui vous intéresse.

Aucune confiance | Peu de confiance | Confiance modérée | Beaucoup de confiance | Confiance totale

À quel point avez-vous confiance en votre capacité à accomplir chacune des tâches suivantes ?

Travailler sur un projet scolaire, professionnel, associatif ou autre avec des personnes que vous ne connaissez pas très bien.

Aucune confiance | Peu de confiance | Confiance modérée | Beaucoup de confiance | Confiance totale

À quel point avez-vous confiance en votre capacité à accomplir chacune des tâches suivantes ?

Aider une personne que vous avez rencontrée récemment à se sentir à l'aise avec votre groupe d'amis.

Aucune confiance | Peu de confiance | Confiance modérée | Beaucoup de confiance | Confiance totale

À quel point avez-vous confiance en votre capacité à accomplir chacune des tâches suivantes ?

Raconter à un groupe de personnes une expérience intéressante que vous avez vécue.

Aucune confiance | Peu de confiance | Confiance modérée | Beaucoup de confiance | Confiance totale

Cotations & interprétations

Chaque item est noté sur une échelle de Likert à 5 points (de 1 = pas du tout confiant à 5 = tout à fait confiant). Le score total est la somme des items, un score élevé indiquant une forte perception de l’auto-efficacité sociale.