SSES

Scala di autostima di stato (SSES)

La State Self-Esteem Scale (SSES) è un questionario di autovalutazione che valuta l'autostima così come viene vissuta in un momento specifico, in contrapposizione all'autostima generale o di tratto. Misura le fluttuazioni dell'autostima in seguito a diversi eventi di vita o stimoli sperimentali, in tre dimensioni: prestazione, aspetto e stima sociale.

Numero di domande	20 domande
Durata stimata	5 minuti
Lingua	Italiano
Nome originale	State Self-Esteem Scale
Destinatari	Adulti, adolescenti
Autori	Todd F. Heatherton, Patricia M. Polivy (1991)
Categoria	Autostima

Anteprima delle 20 domande

In questo momento:

Mi sento sicuro/a delle mie capacità.

Per niente | Un poco | Abbastanza | Molto | Estremamente

In questo momento:

Sono preoccupato/a di essere considerato/a un successo o un fallimento.

Per niente | Un poco | Abbastanza | Molto | Estremamente

In questo momento:

In questo momento mi sento soddisfatto/a del mio aspetto fisico.

Per niente | Un poco | Abbastanza | Molto | Estremamente

In questo momento:

Mi sento frustrato/a o agitato/a per la mia prestazione.

Per niente | Un poco | Abbastanza | Molto | Estremamente

In questo momento:

Sento di avere difficoltà a comprendere ciò che leggo.

Per niente | Un poco | Abbastanza | Molto | Estremamente

Scoring e interpretazione

Ogni item è valutato su una scala Likert a 5 punti (da 1 = 'Fortemente in disaccordo' a 5 = 'Fortemente d'accordo'). Alcuni item sono a punteggio invertito. I punteggi vengono sommati per ottenere un punteggio complessivo e tre sottopunteggi (prestazione, aspetto, sociale). Un punteggio più alto indica un'autostima momentanea più elevata.