

Skala för kroppsuppskattning hos ungdomar och vuxna (BESAA)

BESAA är ett självskattningsformulär som mäter kroppsuppskattning hos ungdomar och vuxna. Det undersöker olika aspekter av kroppsuppfattningen genom flera delskalor, vilket gör det möjligt att bedöma positiva eller negativa attityder till den egna kroppen. Instrumentet används ofta i kliniska sammanhang och i forskning för att upptäcka kroppsmissnöje eller följa förändringar efter insatser.

Antal frågor	23 frågor
Beräknad tid	10 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Body Esteem Scale for Adolescents and Adults
Målgrupp	Ungdomar, vuxna
Författare	Michele L. Mendelson, J. Kathryn White (1996)
Kategori	Kroppsuppfattning

Förhandsgranskning av de 23 frågorna

Jag gillar hur jag ser ut på bilder.

0 - Aldrig | 1 | 2 | 3 | 4 - Alltid

Andra tycker att jag ser bra ut.

0 - Aldrig | 1 | 2 | 3 | 4 - Alltid

Jag är stolt över min kropp.

0 - Aldrig | 1 | 2 | 3 | 4 - Alltid

Jag är upptagen av att försöka ändra min kroppsvikt.

0 - Aldrig | 1 | 2 | 3 | 4 - Alltid

Jag tror att mitt utseende skulle hjälpa mig att få ett jobb.

0 - Aldrig | 1 | 2 | 3 | 4 - Alltid

Låt dina patienter fylla i formulären online

Skicka en länk till din patient: hen svarar i mobilen eller på datorn, och du får de poängsatta resultaten via e-post.

Se formuläret på mentaal.org ›

Poängsättning och tolkning

Svaren ges på en 5-gradig Likertskala (från ”aldrig” till ”alltid”). Poäng beräknas separat för varje delskala (utseende, vikt, attribution) och läggs sedan ihop till en samlad poäng för kroppsuppskattning. Högre poäng tyder på bättre kroppsuppskattning.

Är du psykolog?

Med Mentaal får du relevant information som hjälper dig att stödja dina patienter.

- Standardiserade test
- Automatisk poängsättning
- Resultaten via e-post

Prova kostnadsfritt | Se alla formulär

★★★★★

“Mentaal har verkligen förenklat mitt arbete online tack vare den automatiska poängsättningen och det smidiga utskicket av formulär.”

Basile R. - Klinisk psykolog