Document downloaded from http://www.elsevier.es, day 23/08/2025. This copy is for personal use. Any transmission of this document by any media or format is strictly prohibited.

Escala de Auto-estima Global

Autor: Rosenberg, M. (1989); Adaptação Portuguesa: Faria L. & Silva S. (1999)

Segue-se uma lista de afirmações respeitantes ao modo como se sente acerca de si próprio(a).

À frente de cada uma delas assinale com uma cruz (X), na respectiva coluna, a resposta que mais se lhe adequa.

A - Concordo totalmente
B - Concordo
C - Concordo parcialmente
D - Discordo parcialmente
E - Discordo
F - Discordo totalmente.

	A	B	C	D	E	F
Globalmente estou satisfeito(a) comigo próprio(a) *(aeg01)*						
Por vezes penso que nada valho *(aeg02)*						
Sinto que tenho um bom número de qualidades *(aeg03)*						
Sou capaz de fazer as coisas tão bem como a maioria das outras pessoas *(aeg04)*						
Sinto que não tenho muito de que me orgulhar *(aeg05)*						
Por vezes sinto-me de facto um(a) inútil *(aeg06)*						
Sinto que sou uma pessoa com valor, pelo menos num plano de igualdade com os outros *(aeg07)*						
Gostaria de ter mais respeito por mim próprio(a) *(aeg08)*						
Em termos gerais inclino-me a achar que sou um(a) falhado(a) *(aeg09)*						
Adopto uma atitude positiva perante mim próprio(a) *(aeg10)*						