

ISP-6b

Date :

Nom : Prénom :

CONSIGNES

6 phrases vous sont présentées. Elles expriment des sentiments que vous éprouvez actuellement sur vous-même. Pour chacune, faire un trait vertical entre les bornes « pas du tout » et « tout à fait » en fonction de l'intensité choisie. Aucune réponse n'est juste, elle est avant tout personnelle.

Globalement, j'ai une bonne opinion de moi

Pas du tout _____ Tout à fait

Physiquement, je suis content(e) de moi

Pas du tout _____ Tout à fait

Je suis satisfait(e) de ma condition physique

Pas du tout _____ Tout à fait

Je suis satisfait(e) de mes compétences sportives

Pas du tout _____ Tout à fait

Je suis satisfait(e) de mon apparence physique

Pas du tout _____ Tout à fait

Je suis satisfait(e) de ma force physique

Pas du tout _____ Tout à fait

Veillez faire un trait au centre de la zone de réponse

Merci de votre participation