

## ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG (Rosenberg, 1965)

Por favor, contesta a las siguientes frases con la respuesta que consideres más apropiada, marcando con un aspa la alternativa elegida.

A	Muy de acuerdo
B	De acuerdo
C	En desacuerdo
D	Muy en desacuerdo

	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente				
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a				
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo/a				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil				
10. A veces creo que no soy buena persona				

## ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG, administración e interpretación (Rosenberg, 1965)

**Objetivo:** Cuestionario para explorar la autoestima personal, entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

**Propiedades psicométricas:** La escala ha sido traducida y validada en castellano. La consistencia interna de la escala se encuentra entre 0,76 y 0,87.

**Administración:** La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia autoadministrada.

### Interpretación:

- De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1.
- De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4.

**De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada.** Considerada como autoestima normal.

**De 26 a 29 puntos: Autoestima moderada.** No presenta problemas de autoestima, pero es conveniente mejorarla.

**Menos de 25 puntos: Autoestima baja.** Existen problemas significativos de autoestima.