

## Description de l'échelle

Cette échelle représente une validation transculturelle en français du Self-Consciousness Revised Scale de Scheier et al. Cette échelle mesure trois aspects de la conscience de soi, soit la conscience de soi privée, publique et l'anxiété sociale. Elle comprend 22 énoncés évalués sur une échelle de 0 à 3 points.

## Références

Pelletier, L.G., & Vallerand, R.J. (1990). L'Échelle révisée de conscience de soi : Une traduction et une validation canadienne-française du "Revised Self-Consciousness Scale". Revue canadienne des sciences du comportement, 22, 191-206.

# ÉCHELLE RÉVISÉE DE CONSCIENCE DE SOI (ÉRCs-22)

*Luc G. Pelletier et Robert J. Vallerand, 1990*  
*Revue canadienne des Sciences du comportement 22(2)*

---

## AUTO-PERCEPTION

Indiquez à quel point les caractéristiques ou descriptions suivantes s'appliquent à vous.

<b>Pas du tout semblable à moi</b>	<b>Un peu semblable à moi</b>	<b>Assez semblable à moi</b>	<b>Très semblable à moi</b>	
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	
1. J'essaie continuellement de me comprendre.		0	1	2
3				
2. Je me préoccupe de la manière dont je fais les choses.		0	1	2
3				
3. Dans les situations nouvelles, j'ai besoin de temps pour surmonter ma timidité.		0	1	2
3				
4. Je réfléchis beaucoup sur moi-même.		0	1	2
3				
5. Je me préoccupe beaucoup de la façon dont je me présente aux autres.		0	1	2
3				
6. Mes rêveries sont souvent à mon sujet.		0	1	2
3				
7. C'est difficile pour moi de travailler lorsque quelqu'un m'observe.		0	1	2
3				
8. Je ne m'analyse jamais de près.		0	1	2
3				
9. Je deviens facilement embarrassé-e.		0	1	2
3				
10. Je suis soucieux-se de mon apparence.		0	1	2
3				
11. Il m'est facile de parler à des étrangers.		0	1	2
3				
12. Je suis généralement attentif-ve à mes sentiments.		0	1	2
3				
13. Je me soucie généralement de faire bonne impression.		0	1	2
3				
14. J'examine constamment mes raisons d'agir.		0	1	2
3				

15. Lorsque je parle devant un groupe, je me sens nerveux-se. 3	0	1	2
16. Avant de quitter la maison, je vérifie mon apparence. 3	0	1	2
17. Je prends parfois un certain recul (dans ma tête) afin de mieux m'examiner. 3	0	1	2
18. Je me préoccupe de ce que les gens pensent de moi. 3	0	1	2
19. Je détecte rapidement mes changements d'humeur. 3	0	1	2
20. D'habitude je suis conscient-e de mon apparence. 3	0	1	2
21. Je sais comment je fonctionne mentalement lorsque j'essaie de solutionner un problème. 3	0	1	2
22. Les grands groupes me mettent mal à l'aise. 3	0	1	2

---

© Luc G. Pelletier et Robert J. Vallerand, 1990.

---

**CLÉ DE CODIFICATION**

**ÉRCs-22**

**# 1, 4, 6, 8\*, 12, 14, 17, 19, 21**

**Conscience de soi privée**

**# 2, 5, 10, 13, 16, 18, 20**

**Conscience de soi publique**

**# 3, 7, 9, 11\*, 15, 22**

**Anxiété sociale**

**\* Énoncé formulé négativement, inverser la cote d'évaluation**

---