

The Mentalisation Scale (MentS) – Traduction française

Ce questionnaire porte sur la façon dont vous réfléchissez à vos émotions, pensées et actions, ainsi qu'à celles des autres. Lisez attentivement chaque énoncé et indiquez votre degré d'accord dans la colonne de droite.

		<i>Totale ment faux</i>	<i>Modér ément faux</i>	<i>À la fois vrai et faux</i>	<i>Modér ément vrai</i>	<i>Totale ment vrai</i>
1	Je trouve important de comprendre les raisons de mon comportement.	1	2	3	4	5
2	J'observe soigneusement ce que les autres disent et font lorsque j'émetts des conclusions quant à leurs traits de personnalité.	1	2	3	4	5
3	Je peux reconnaître les sentiments des autres.	1	2	3	4	5
4	Je pense souvent aux autres et à leur comportement.	1	2	3	4	5
5	Je peux généralement identifier ce qui rend les autres inquiets.	1	2	3	4	5
6	Je peux compatir avec les sentiments des autres.	1	2	3	4	5
7	Lorsque quelqu'un m'agace, j'essaie de comprendre pourquoi je réagis de cette façon.	1	2	3	4	5
8	Lorsque je suis contrarié(e), je suis incertain(e) si je suis triste, si j'ai peur ou si je suis en colère.	1	2	3	4	5
9	Je n'aime pas perdre mon temps à essayer de comprendre en détail le comportement des autres.	1	2	3	4	5
10	Je peux faire de bonnes prédictions du comportement des autres lorsque je connais leurs croyances et leurs sentiments.	1	2	3	4	5
11	Souvent, je ne peux pas expliquer, même à moi-même, pourquoi j'ai agi d'une certaine façon.	1	2	3	4	5
12	Parfois, je peux comprendre le sentiment qu'éprouve quelqu'un d'autre avant qu'il/elle me le dise.	1	2	3	4	5
13	Je trouve qu'il est important de comprendre ce qui se passe dans ma relation avec les gens dont je suis proche.	1	2	3	4	5
14	Je ne veux pas découvrir quelque chose à propos de moi-même que je n'aimerais pas.	1	2	3	4	5
15	Il faut connaître les pensées, les désirs et les sentiments de quelqu'un d'autre pour comprendre son comportement.	1	2	3	4	5
16	Je parle fréquemment des émotions avec les gens dont je suis proche.	1	2	3	4	5
17	J'aime lire des livres et des articles de journaux portant sur des sujets reliés à la psychologie.	1	2	3	4	5
18	Je trouve difficile de m'avouer quand je suis triste, blessé(e) ou que j'ai peur.	1	2	3	4	5
19	Je n'aime pas penser à mes problèmes.	1	2	3	4	5
20	Je peux décrire en précision et avec détails des traits significatifs chez les gens dont je suis proche.	1	2	3	4	5
21	Je suis souvent confus vis-à-vis mes sentiments exacts.	1	2	3	4	5
22	Il m'est difficile de trouver les mots adéquats pour décrire mes sentiments.	1	2	3	4	5
23	Les gens me disent que je les comprends et que je leur donne de bons conseils.	1	2	3	4	5
24	Je me suis toujours intéressé(e) aux raisons pour lesquelles les gens agissaient de certaines manières.	1	2	3	4	5
25	Je peux facilement décrire ce que je ressens.	1	2	3	4	5

26	Je m'égare dans mes pensées lorsque les autres parlent de leurs sentiments et de leurs besoins.	1	2	3	4	5
27	Il est inutile de s'interroger sur les intentions et les désirs des autres puisque nous dépendons tous de circonstances de vie.	1	2	3	4	5
28	L'une des choses les plus importantes que les enfants devraient apprendre est l'expression de leurs sentiments et de leurs désirs.	1	2	3	4	5