

PSI-II

No. Dossier _____

Date _____

Vous retrouvez ci-dessous une série d'énoncés qui peuvent se rapporter aux inquiétudes. En vous référant aux moments où vous vous inquiétez, veuillez indiquer jusqu'à quel point les énoncés suivants vous semblent vrais en encerclant le numéro correspondant (1 à 5).

Pas du tout vrai	Un peu vrai	Assez vrai	Très vrai	Tout à fait
---------------------	----------------	---------------	--------------	----------------

1. Si je ne m'inquiétais pas, je serais insouciant(e) et irresponsable.1.....2.....3.....4.....5.....
2. Si je m'inquiète, je serai moins ébranlé(e) lorsque des événements imprévus se produiront.1.....2.....3.....4.....5.....
3. Je m'inquiète dans le but de savoir quoi faire.1.....2.....3.....4.....5.....
4. Si je m'inquiète à l'avance, je serai moins déçu(e) si quelque chose de grave se produit.1.....2.....3.....4.....5.....
5. Le fait de m'inquiéter m'aide à planifier mes actions pour résoudre un problème.1.....2.....3.....4.....5.....
6. Le simple fait de m'inquiéter peut empêcher les malheurs d'arriver.1.....2.....3.....4.....5.....
7. Si je ne m'inquiétais pas, cela ferait de moi une personne négligente.1.....2.....3.....4.....5.....
8. C'est en m'inquiétant que je finis par entreprendre le travail que j'ai à faire.1.....2.....3.....4.....5.....
9. Je m'inquiète parce que je pense que cela peut m'aider à trouver une solution à mon problème.1.....2.....3.....4.....5.....

- | | Pas du
tout vrai | Un peu
vrai | Assez
vrai | Très
vrai | Tout à
fait |
|--|---------------------|----------------|---------------|--------------|----------------|
| 10. Le fait de m'inquiéter prouve que je suis une personne qui voit à ses affaires. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 11. Trop penser à des choses positives peut les empêcher de se produire. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 12. Le fait de m'inquiéter confirme que je suis une personne prévoyante. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 13. Si un malheur arrive, je me sentirai moins responsable si je m'en suis inquiété auparavant. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 14. En m'inquiétant, je peux trouver une meilleure façon de faire. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 15. L'inquiétude me stimule et me rend plus efficace. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 16. Le fait de m'inquiéter m'incite à passer à l'action. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 17. Le simple fait de m'inquiéter diminue le risque que quelque chose de grave arrive. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 18. En m'inquiétant, je fais certaines choses que je ne me déciderais pas à faire autrement. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 19. Le fait de m'inquiéter me motive à faire les choses que je dois faire. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 20. Mes inquiétudes à elles seules peuvent diminuer les risques de danger. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |
| 21. En m'inquiétant, j'augmente mes chances de trouver la meilleure solution. | 1..... | 2..... | 3..... | 4..... | 5..... |

	Pas du tout vrai	Un peu vrai	Assez vrai	Très vrai	Tout à fait
--	---------------------	----------------	---------------	--------------	----------------

22. Le fait de m'inquiéter me permettra
de me sentir moins coupable si quelque
chose de grave se produit.1.....2.....3.....4.....5.....
23. Si je m'inquiète, je serai moins triste
lorsqu'un événement négatif se produira.1.....2.....3.....4.....5.....
24. En ne s'inquiétant pas, on peut
attirer les malheurs.1.....2.....3.....4.....5.....
25. Le fait de m'inquiéter démontre que
je suis une bonne personne.1.....2.....3.....4.....5.....

Instructions pour la cotation

Voici les items compris dans chacune des cinq sous-échelles de la version originale du PSI-II:

1. S'inquiéter aide à résoudre les problèmes: somme des réponses aux items 3, 5, 9, 14 et 21
2. S'inquiéter aide à se motiver: somme des réponses aux items 8, 15, 16, 18 et 19
3. S'inquiéter aide l'individu à se prémunir de vivre des émotions difficiles si un événement s'avère négatif
somme des réponses aux items 2, 4, 13, 22 et 23
4. S'inquiéter en soi prévient les événements négatifs: somme des réponses aux items 6, 11, 17, 20 et 24
5. S'inquiéter est un trait de personnalité positif: somme des réponses aux items 1, 7, 10, 12 et 25