

Les prochaines questions présentent des énoncés qui peuvent vous décrire plus ou moins bien. Veuillez indiquer dans quelle mesure vous êtes en accord ou en désaccord avec chaque énoncé, c'est-à-dire à quel point vous pensez que l'énoncé vous décrit bien. Décrivez-vous spontanément et sincèrement, tel que vous êtes actuellement. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses.

CHOIX DE RÉPONSE :

1 = Totalement faux

2 = Plutôt faux

3 = Plutôt vrai

4 = Très vrai

1. Souvent, je ne sais pas qui je suis vraiment
2. J'ai souvent une perception très négative de moi-même
3. Mes émotions changent sans que j'aie de contrôle sur elles
4. Je ne sais pas ce que je veux faire de ma vie
5. Souvent je ne comprends pas mes pensées et mes sentiments
6. Souvent j'ai des attentes irréalistes envers moi-même
7. Souvent j'ai de la difficulté à comprendre les pensées et les sentiments des autres
8. Souvent j'ai de la difficulté à supporter que les autres aient une opinion différente de la mienne
9. Souvent je ne comprends pas tout à fait pourquoi mon comportement a un certain effet sur les autres
10. Mes relations et mes amitiés ne durent jamais longtemps
11. Je me sens souvent très vulnérable quand les relations deviennent plus personnelles
12. Souvent, je ne réussis pas à coopérer avec les autres d'une manière mutuellement satisfaisante
13. Je pense habituellement que les autres vont éventuellement m'abandonner
14. Je ne suis pas à l'aise dans les relations proches