

Votre vision de la vie

Vous trouverez ci-dessous huit affirmations avec lesquelles vous pouvez être plus ou moins en accord (ou en désaccord). A l'aide de l'échelle allant de 1 : «Pas du tout d'accord » à 7 : «Tout à fait d'accord », indiquez pour chacune des affirmations votre position (accord ou désaccord) en entourant la réponse qui exprime le mieux votre point de vue.

1. Je mène une vie qui a un but et du sens.

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Plutôt pas d'accord	Ni d'accord, ni pas d'accord	Plutôt d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

2. Mes relations sociales me soutiennent et sont enrichissantes.

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Plutôt pas d'accord	Ni d'accord, ni pas d'accord	Plutôt d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

3. Je suis impliqué(e) et intéressé(e) par mes activités quotidiennes.

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Plutôt pas d'accord	Ni d'accord, ni pas d'accord	Plutôt d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

4. Je contribue activement au bonheur et au bien-être des autres.

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Plutôt pas d'accord	Ni d'accord, ni pas d'accord	Plutôt d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

5. Je suis compétent(e) et appliqué(e) dans les activités qui sont importantes pour moi.

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Plutôt pas d'accord	Ni d'accord, ni pas d'accord	Plutôt d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

6. Je suis quelqu'un de « bien » qui a une « bonne » vie.

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Plutôt pas d'accord	Ni d'accord, ni pas d'accord	Plutôt d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

7. Je suis optimiste quant à mon avenir.

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Plutôt pas d'accord	Ni d'accord, ni pas d'accord	Plutôt d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

8. Les gens me respectent.

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Plutôt pas d'accord	Ni d'accord, ni pas d'accord	Plutôt d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord

Informations générales sur l'échelle d'épanouissement psychologique

Présentation générale

L'échelle d'épanouissement psychologique (*Flourishing Scale*) permet une évaluation globale du fonctionnement psychologique humain comme le sens de la vie, le sentiment de compétence ou encore les relations sociales positives. Elle rassemble les approches hédonistes et eudémonistes du bien-être. L'échelle est soumise à un droit d'auteurs détenus par les auteurs originaux mais son utilisation est possible sans permission sous condition de mentionner la référence bibliographique associée.

Procédure d'adaptation et de validation

L'échelle a été traduite suivant la procédure de double traduction et la compréhension des items a également été testée. La structure factorielle est similaire à celle des auteurs originaux. D'une manière généralement, la version française de l'épanouissement psychologique, testée auprès d'un groupe de 403 étudiants, présente de bons indices de validité interne, de fiabilité de validité convergente et de validité discriminante avec les traits de personnalité

Cotation

Additionner l'ensemble des scores obtenus. Un score élevé indique un haut niveau d'épanouissement psychologique. L'échelle est adaptée pour un public d'adultes, de jeunes adultes et d'adolescents.

Référence bibliographique pour la version originale (États-Unis)

Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 39(2), 247-266. doi:10.1007/s11205-009-9493-y

Référence bibliographique pour la version française

Villieux, A., Sovet, L., Jung, S.-C., & Guilbert, L. (2016). Psychological flourishing: Validation of the French version of the Flourishing Scale and exploration of its relationships with personality traits. *Personality and Individual Differences*, 88(1), 1-5. doi:10.1016/j.paid.2015.08.027

Informations complémentaires sur la Flourishing Scale

<http://internal.psychology.illinois.edu/~ediener/FS.html>

Pour nous contacter

- Arnaud Villieux, maître de conférences en psychologie du travail, Université de Rouen. E-mail : arnaud.villieux@univ-rouen.fr
- Laurent Sovet, docteur et chercheur associé en psychologie de l'orientation, Conservatoire National des Arts et Métiers. Email : laurent.sovet@gmail.com