BPS

Échelle de propension à l'ennui (BPS)

La Boredom Proneness Scale (BPS) est un outil d'auto-évaluation utilisé pour mesurer la propension d'un individu à éprouver de l'ennui dans des situations variées. Elle permet d'évaluer le niveau d'ennui chronique, qui peut être associé à différents troubles psychologiques tels que la dépression ou l'anxiété. L'échelle est souvent utilisée en recherche et en pratique clinique pour mieux comprendre les sources et les conséquences de l'ennui chez les adultes.

Nombre de questions	28 questions
Durée estimée	8 minutes
Langue	Français
Nom original	Boredom Proneness Scale
Public cible	Adultes (18+)
Auteurs	Richard Farmer, Norman D. Sundberg (1986)
Catégorie	Dépression, Anxiété

Aperçu des 28 questions

Il m'est facile de me concentrer sur mes activités.

Pas du tout d'accord | Pas d'accord | Plutôt pas d'accord | Neutre | Plutôt d'accord | D'accord | Tout à fait d'accord

Souvent, quand je travaille, je me surprends à me préoccuper d'autre chose.

Pas du tout d'accord | Pas d'accord | Plutôt pas d'accord | Neutre | Plutôt d'accord | D'accord | Tout à fait d'accord

Le temps semble toujours passer lentement.

Pas du tout d'accord | Pas d'accord | Plutôt pas d'accord | Neutre | Plutôt d'accord | D'accord | Tout à fait d'accord

Je me retrouve souvent désœuvré(e), sans savoir quoi faire.

Pas du tout d'accord | Pas d'accord | Plutôt pas d'accord | Neutre | Plutôt d'accord | D'accord | Tout à fait d'accord

Je me retrouve souvent coincé(e) dans des situations où je dois faire des choses dénuées de sens.

Pas du tout d'accord | Pas d'accord | Plutôt pas d'accord | Neutre | Plutôt d'accord | D'accord | Tout à fait d'accord

Cotations & interprétations

Chaque item est coté sur une échelle de type Likert (de 1 à 7), puis les scores sont additionnés pour donner un score total. Un score élevé indique une forte propension à l'ennui. L'interprétation se fait à partir des percentiles ou en comparant à la moyenne des populations de référence.