

Échelle de réponses ruminatives (RRS)

L'échelle de réponses ruminatives (RRS) est un outil d'auto-évaluation qui mesure la tendance d'un individu à ruminer face à la détresse ou à la dépression, c'est-à-dire la propension à se focaliser sur ses symptômes et leurs causes ou conséquences. Elle permet d'évaluer la rumination comme facteur de vulnérabilité dans les troubles de l'humeur, notamment la dépression.

Nombre de questions	22 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Ruminative Responses Scale
Public cible	Adulte
Auteurs	Susan Nolen-Hoeksema, J. Morrow (1991)
Catégorie	Dépression

Aperçu des 22 questions

Lorsque vous vous sentez abattu(e), triste ou déprimé(e) :

Penser à quel point vous vous sentez seul(e)

Presque jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

Lorsque vous vous sentez abattu(e), triste ou déprimé(e) :

Penser « Je ne pourrai pas faire mon travail si je ne me sors pas de cet état »

Presque jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

Lorsque vous vous sentez abattu(e), triste ou déprimé(e) :

Penser à votre sensation de fatigue et de courbatures

Presque jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

Lorsque vous vous sentez abattu(e), triste ou déprimé(e) :

Penser à quel point il est difficile de vous concentrer

Presque jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

Lorsque vous vous sentez abattu(e), triste ou déprimé(e) :

Penser « Qu'est-ce que j'ai fait pour mériter ça ? »

Presque jamais | Parfois | Souvent | Presque toujours

Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

Cotations & interprétations

Chaque item est coté sur une échelle de type Likert (1 = presque jamais, 4 = presque toujours). On obtient un score total de rumination, ainsi que deux sous-échelles de rumination automatique et de rumination réfléchie, permettant l'interprétation du profil de rumination. Un score élevé indique une tendance importante à ruminer.

Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement | Voir tous les questionnaires

★★★★★

"La cotation automatique me fait gagner un temps fou et mes patients sont nettement plus enclins à remplir les questionnaires."

Samia T. - Psychologue en ligne