

Échelle d’absorption de Tellegen (TAS)

La TAS est un questionnaire d’auto-évaluation mesurant le trait d’absorption, c’est-à-dire la tendance d’une personne à s’immerger profondément dans ses pensées, son imagination, ses perceptions sensorielles ou ses expériences esthétiques. Elle est surtout utilisée en psychologie de la personnalité et en recherche clinique pour explorer l’engagement attentionnel intense, la vivacité imaginative, la réceptivité aux expériences internes et certains liens avec l’hypnotisabilité ou les états modifiés de conscience. Ce test n’a pas une visée diagnostique directe, mais il peut aider le psychologue à mieux comprendre le style subjectif d’expérience du patient et sa propension à se laisser absorber par des stimuli internes ou externes.

Nombre de questions	34 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Tellegen Absorption Scale
Public cible	Adolescent et adulte
Auteurs	Auke Tellegen, Gilbert Atkinson (1974)

Aperçu des 34 questions

Lorsque vous n'êtes pas sous l'influence de l'alcool ou de drogues :

Parfois, je ressens et je vis les choses comme lorsque j'étais enfant.

Vrai Faux

Lorsque vous n'êtes pas sous l'influence de l'alcool ou de drogues :

Je peux être profondément ému(e) par un langage éloquent ou poétique.

Vrai Faux

Lorsque vous n'êtes pas sous l'influence de l'alcool ou de drogues :

En regardant un film, une émission de télévision ou une pièce de théâtre, je peux être tellement pris(e) que j'en oublie qui je suis et ce qui m'entoure, et que je vis l'histoire comme si elle était réelle.

Vrai Faux

Lorsque vous n'êtes pas sous l'influence de l'alcool ou de drogues :

Si je fixe une image puis que je détourne le regard, il m'arrive de « voir » encore l'image, presque comme si je la regardais toujours.

Vrai Faux

Lorsque vous n'êtes pas sous l'influence de l'alcool ou de drogues :

Parfois, j'ai l'impression que mon esprit pourrait englober le monde entier.

Vrai Faux

Cotations & interprétations

Dans la version originale, les items sont généralement cotés en format vrai/faux selon la clé de correction du test. Chaque réponse allant dans le sens de l’absorption reçoit 1 point, puis les points sont additionnés pour obtenir un score total. Un score élevé indique une plus forte disposition à l’immersion attentionnelle, à l’imagerie mentale et aux expériences subjectives intenses. L’interprétation est dimensionnelle, sans seuil diagnostique universel, et doit idéalement s’appuyer sur les normes de la version utilisée.