MEWS-v2.0 — vagabondage mental

ADULTE · Évaluation actuelle · Votre fonctionnement habituel

10 questions. Dix items, total 0–30. Pensées incontrôlées (7 items) et suractivité mentale (3 items). Score élevé : davantage de vagabondage mental spontané. Validation anglaise et espagnole ; traduction Tous TDAH! non validée en français, sans seuil diagnostique.

Traduction française réalisée par Tous TDAH! ; non validée en français. Les données de validation concernent la version source. Répondez à toutes les questions pour calculer votre résultat. Forme abrégée : répondre à chaque question. Les repères de la version longue ne sont pas transposés.

Date : _____ Initiales (facultatif) : _____

Choisissez une seule réponse par ligne.	Pas du tout ou rarement	Une partie du temps	La plupart du temps	Presque constamment
1. J'ai du mal à arrêter le cours de mes pensées.	○	○	○	○
2. Mes pensées sont désorganisées et partent dans tous les sens.	○	○	○	○
3. Mes pensées sont en mouvement en permanence.	○	○	○	○
4. Je ressens une activité mentale incessante.	○	○	○	○
5. Il m'est difficile de penser à une chose sans qu'une autre pensée me vienne à l'esprit.	○	○	○	○
6. Mes pensées me distraient et m'empêchent de me concentrer sur ce que je fais.	○	○	○	○
7. J'ai du mal à ralentir mes pensées et à me concentrer sur une seule chose à la fois.	○	○	○	○
8. J'ai du mal à penser clairement, comme si mon esprit était dans le brouillard.	○	○	○	○
9. Je me retrouve à passer sans cesse d'une pensée à une autre.	○	○	○	○
10. Je ne peux concentrer mes pensées sur une seule chose à la fois qu'au prix d'un effort considérable.	○	○	○	○

Cotation et lecture du résultat

Dix items, total 0–30. Pensées incontrôlées (7 items) et suractivité mentale (3 items). Score élevé : davantage de vagabondage mental spontané. Validation anglaise et espagnole ; traduction Tous TDAH! non validée en français, sans seuil diagnostique. Dimensions : Pensées incontrôlées : 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10 ; Suractivité mentale : 1, 3, 4.

Score / remarques : _____

Pour obtenir le calcul détaillé et réunir plusieurs échelles dans un dossier, passez les questionnaires gratuitement sur tousTDAH.fr/questionnaires.html.

Traduction Tous TDAH! non validée en français. Mowlem et al. (2019), CC BY 4.0.

Morillas-Romero A, De la Torre-Luque A, Mowlem FD, Asherson P (2023). Spanish and cross-cultural validation of the mind excessively wandering scale. Frontiers in Psychology, 14, 1181294. DOI : 10.3389/fpsyg.2023.1181294.

https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10368185/