

# **French Version of the** **White Bear Suppression Inventory (WBSI)**

## Reference:

Schmidt, R.E., Gay, P., Courvoisier, D., Jermann, F., Ceschi, G., David, M., Brinkmann, K., & Van der Linden, M. (2009). Anatomy of the White Bear Suppression Inventory (WBSI): A review of previous findings and a new approach. *Journal of Personality Assessment, 91*, 323-330.

## WBSI

Ce questionnaire porte sur les pensées. Il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses, alors veuillez répondre honnêtement à chaque item ci-dessous. Assurez-vous de bien donner une réponse à chaque item en encerclant la lettre appropriée.

<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>
<b>Pas du tout d'accord</b>	<b>Pas d'accord</b>	<b>Neutre ou je ne sais pas</b>	<b>D'accord</b>	<b>Tout à fait d'accord</b>

**A B C D E** 1. Il y a des choses auxquelles je préfère ne pas penser.

**A B C D E** 2. Quelquefois je me demande pourquoi j'ai les pensées que j'ai.

**A B C D E** 3. J'ai des pensées que je ne peux pas arrêter.

**A B C D E** 4. Il y a des images qui me viennent à l'esprit que je ne peux pas effacer.

**A B C D E** 5. Mes pensées reviennent fréquemment à une même idée.

**A B C D E** 6. Je souhaiterais pouvoir arrêter de penser à certaines choses.

**A B C D E** 7. Quelquefois mon esprit s'emballe si vite que je souhaiterais pouvoir l'arrêter.

**A B C D E** 8. J'essaie toujours d'écarter les problèmes hors de mon esprit.

**A B C D E** 9. Il y a des pensées qui n'arrêtent pas de surgir dans ma tête.

**A B C D E** 10. Quelquefois je reste occupé(e) seulement pour empêcher que des pensées fassent intrusion dans mon esprit.

**A B C D E** 11. Il y a des choses auxquelles j'essaie de ne pas penser.

**A B C D E** 12. Quelquefois je souhaiterais vraiment pouvoir arrêter de penser.

**A B C D E** 13. Je fais souvent des choses pour me distraire de mes pensées.

**A B C D E** 14. J'ai des pensées que j'essaie d'éviter.

**A B C D E** 15. Il y a beaucoup de pensées que j'ai dont je ne parle à personne.