



## TEIQue-SF Forme Abrégée

Toute utilisation commerciale de cet outil, ainsi que toute modification, édition ou œuvre dérivée de celui-ci, est strictement interdite.

### Instructions

Veuillez indiquer dans quelle mesure les propositions qui suivent vous décrivent effectivement. Il n'y a ni bonne ni mauvaise réponse. En ce qui me concerne personnellement:

1 ————— 2 ————— 3 ————— 4 ————— 5 ————— 6 ————— 7

pas du tout d'accord

tout à fait d'accord

1. Exprimer mes émotions avec des mots n'est pas un problème pour moi.	1	2	3	4	5	6	7
2. Je trouve souvent difficile de voir les choses du point de vue d'une autre personne.	1	2	3	4	5	6	7
3. Dans l'ensemble, je suis une personne hautement motivée.	1	2	3	4	5	6	7
4. D'habitude, je trouve difficile de réguler mes émotions.	1	2	3	4	5	6	7
5. Je ne trouve généralement pas la vie agréable.	1	2	3	4	5	6	7
6. Je m'y prends efficacement avec les gens.	1	2	3	4	5	6	7
7. J'ai tendance à changer d'avis fréquemment.	1	2	3	4	5	6	7
8. Souvent, je n'arrive pas à discerner quelle émotion je ressens exactement.	1	2	3	4	5	6	7
9. Je pense avoir un certain nombre de bonnes qualités.	1	2	3	4	5	6	7
10. Il m'est habituellement difficile de défendre mes droits.	1	2	3	4	5	6	7
11. Je suis habituellement capable d'influencer la manière dont les autres se sentent.	1	2	3	4	5	6	7
12. Dans l'ensemble, j'ai une perspective sombre sur la plupart des choses.	1	2	3	4	5	6	7
13. Ceux qui me sont proches se plaignent souvent du fait que je ne les traite pas comme il faut.	1	2	3	4	5	6	7
14. Je trouve souvent difficile d'adapter ma vie en fonction des circonstances.	1	2	3	4	5	6	7
15. Globalement, je suis capable de gérer le stress.	1	2	3	4	5	6	7
16. Je trouve souvent difficile de montrer de l'affection à ceux qui me sont proches.	1	2	3	4	5	6	7

17.	Je suis habituellement capable de me « mettre dans la peau des gens » et de ressentir leurs émotions.	1	2	3	4	5	6	7
18.	Je trouve habituellement difficile de me maintenir motivé(e).	1	2	3	4	5	6	7
19.	Je suis la plupart du temps capable de trouver des moyens pour contrôler mes émotions quand je le souhaite.	1	2	3	4	5	6	7
20.	Dans l'ensemble, je suis content(e) de ma vie.	1	2	3	4	5	6	7
21.	Je me décrirais comme un(e) bon(ne) négociateur/négociatrice.	1	2	3	4	5	6	7
22.	J'ai tendance à m'impliquer dans des choses dont je voudrais ensuite pouvoir me sortir.	1	2	3	4	5	6	7
23.	Je prends souvent le temps de réfléchir à ce que je ressens.	1	2	3	4	5	6	7
24.	Je crois que je suis plein(e) de ressources personnelles.	1	2	3	4	5	6	7
25.	J'ai tendance à me laisser faire, même si je sais que j'ai raison.	1	2	3	4	5	6	7
26.	Apparemment, je n'ai aucun pouvoir du tout sur les sentiments des autres.	1	2	3	4	5	6	7
27.	Je crois qu'en général, dans ma vie, les choses se dérouleront bien.	1	2	3	4	5	6	7
28.	Je trouve difficile de me lier tout à fait, même avec ceux qui me sont proches.	1	2	3	4	5	6	7
29.	Généralement, je suis capable de m'adapter à de nouveaux environnements.	1	2	3	4	5	6	7
30.	Les autres m'admirent pour être quelqu'un de détendu.	1	2	3	4	5	6	7

**Questionnaire d'évaluation des traits d'intelligence émotionnelle – Version courte (TEIQue-SF).**

**Référence pour le TEIQue :**

Petrides, K. V. (2009). Propriétés psychométriques du Questionnaire d'intelligence émotionnelle de trait. Dans C. Stough, D. H. Saklofske et J. D. Parker (dir.), *Advances in the Assessment of Emotional Intelligence*. New York : Springer. DOI : 10.1007/978-0-387-88370-0\_5

**Vous trouverez plus d'informations sur le programme de recherche sur l'intelligence émotionnelle sur le site : [www.psychometriclab.com](http://www.psychometriclab.com)**