Nous allons maintenant vous poser quelques questions qui nous seront très utiles pour la suite de cette recherche.

Encore une fois, nous vous remercions de vous intéresser à nos recherches et nous espérons que vous apprécierez le processus d'exploration de votre monde intérieur !

Partie A: Identifiant et expérience

A1. Veuillez entrer votre identifiant :

Votre identifiant correspond à votre numéro de participant. Il s'agit d'un numéro d'anonymat qui vous a été attribué 1) dans le mail d'invitation, ou 2) à la fin de l'expérience.

A2. Quelle expérience venez-vous de réaliser ?

- ☐
- ☐
- ☐

A3. Où avez-vous passé cette expérience ?

- En laboratoire ☐
- En ligne ☐

A4. Avez-vous déjà rempli ce questionnaire en participant à une autre de ces expériences ?

- Oui ☐
- Non ☐

Partie B: L'imagination à travers les différents sens.

B1.

Cette section mesure la clarté et la vivacité des différents types de représentations mentales. Il vous sera demandé d'imaginer une série d'éléments spécifiques et d'évaluer la clarté et la vivacité de l'expérience mentale.

Lisez les descriptions de situations qui suivent et essayez d'imaginer la situation. Pour vous entraîner, avant de commencer, pensez à un feu tricolore. Utilisez l'échelle ci-dessous pour décrire le degré de clarté, de netteté et de réalité avec lequel vous « voyez » ce feu tricolore.

1. Je peux y penser mais je ne vois pas d'image

2. Très vague et à peine identifiable
3. Vague et peu clair
4. Pas aussi clairement et nettement que dans la réalité, mais tout à fait identifiable
5. Assez clairement et nettement
6. Clairement et presqu'aussi nettement que dans la réalité7. Très clairement et nettement, comme dans la réalité

Procédez de la même façon pour les situations suivantes. Choisissez parmi les 7 descriptions du tableau ci-dessus celle qui convient le mieux pour décrire le degré de clarté, de netteté ou de réalité avec lequel vous imaginez mentalement chaque situation. Notez votre réponse pour chaque situation.

Il n'y a ni bonne ni mauvaise réponse. Il n'y a pas non plus de limite de temps. Mais ne passez pas trop de temps sur chaque situation, la première impression est souvent la plus juste.

Je comprends ☐

B2. Visualisez mentalement un(e) ami(e) que vous voyez régulièrement.

Avec quel degré de clarté, de netteté ou de réalité <u>voyez</u>-vous:

	Je peux y penser mais je ne vois pas d'image	Très vaguement et de façon à peine identifiable	Vaguement et de façon peu claire	Pas aussi clairement et nettement que dans la réalité, mais de façon tout à fait identifiable	Assez clairement et nettement	Clairement et presqu'aussi nettement que dans la réalité	Très clairement et nettement, comme dans la réalité
les traits caractéristiques de son visage, de sa tête, de ses épaules et du haut de son corps ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
la façon dont sa tête et son corps sont placés ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
sa démarche, sa façon de faire des pas (par ex. grandes enjambées ou petites foulées) ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
les couleurs des habits qu'il ou elle porte souvent ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

	Je peux y penser mais je ne vois pas d'image	Très vaguement et de façon à peine identifiable	Vaguement et de façon peu claire	Pas aussi clairement et nettement que dans la réalité, mais de façon tout à fait identifiable	Assez clairement et nettement	Clairement et presqu'aussi nettement que dans la réalité	Très clairement et nettement, comme dans la réalité
Quel degré de clarté et de netteté a l'image que vous voyez lorsque vous pensez à un coucher de soleil ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

B3. Avec quel degré de clarté et de netteté imaginez-vous le <u>son</u> quand vous pensez

	Je peux y penser mais je n'entends aucun son	Très vaguement et de façon à peine identifiable	Vaguement et de façon peu claire	Pas aussi clairement et nettement que dans la réalité, mais de façon tout à fait identifiable	Assez clairement et nettement	Clairement et presqu'aussi nettement que dans la réalité	Très clairement et nettement, comme dans la réalité
au sifflement d'un train ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
au klaxon d'une voiture ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
au miaulement d'un chat ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
au bruit de la vapeur qui s'échappe ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
à des mains qui applaudissent ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

B4. Avec quel degré de clarté et de netteté imaginez-vous le <u>toucher</u>

	Je peux y penser mais je ne sens pas le toucher	Très vaguement et de façon à peine identifiable	Vaguement et de façon peu claire	Pas aussi clairement et nettement que dans la réalité, mais de façon tout à fait identifiable	Assez clairement et nettement	Clairement et presqu'aussi nettement que dans la réalité	Très clairement et nettement, comme dans la réalité
du sable ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
du linge ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
de la fourrure ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
de la pointe d'une aiguille ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d'un bain tiède ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

B5. Pensez à ce que vous faites avec vos bras, vos jambes, etc. Avec quel degré de clarté et de netteté imaginez-vous <u>ce que vous faites</u> lorsque vous:

	Je peux y penser mais je ne ressens pas de sensation	Très vaguement et de façon à peine identifiable	Vaguement et de façon peu claire	Pas aussi clairement et nettement que dans la réalité, mais de façon tout à fait identifiable	Assez clairement et nettement	Clairement et presqu'aussi nettement que dans la réalité	Très clairement et nettement, comme dans la réalité
montez un escalier ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
sautez au-dessus d'un ruisseau ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
dessinez un cercle sur un morceau de papier ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
attrapez un objet tout en haut d'une étagère ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
donnez un coup de pied dans un objet pour l'éloigner ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

B6. Avec quel degré de clarté et de netteté imaginez-vous le goût

	Je peux y penser mais je ne perçois aucun goût	Très vaguement et de façon à peine identifiable	Vaguement et de façon peu claire	Pas aussi clairement et nettement que dans la réalité, mais de façon tout à fait identifiable	Assez clairement et nettement	Clairement et presqu'aussi nettement que dans la réalité	Très clairement et nettement, comme dans la réalité
du sel ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
du sucre blanc en poudre ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
du jus de pomme ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
de la confiture ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
de votre plat préféré ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

B7. Avec quel degré de clarté et de netteté imaginez-vous l'odeur

	Je peux y penser mais je ne sens pas les odeurs	Très vaguement et de façon à peine identifiable	Vaguement et de façon peu claire	Pas aussi clairement et nettement que dans la réalité, mais de façon tout à fait identifiable	Assez clairement et nettement	Clairement et presqu'aussi nettement que dans la réalité	Très clairement et nettement, comme dans la réalité
d'une pièce mal aérée ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
de légumes en train de bouillir ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d'une viande en train de rôtir ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
de la peinture fraîche ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
du cuir ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

B8. Avec quel degré de clarté et de netteté imaginez-vous la sensation

	Je peux y penser mais je ne ressens rien	Très vaguement et de façon à peine identifiable	Vaguement et de façon peu claire	Pas aussi clairement et nettement que dans la réalité, mais de façon tout à fait identifiable	Assez clairement et nettement	Clairement et presqu'aussi nettement que dans la réalité	Très clairement et nettement, comme dans la réalité
de fatigue ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
de faim ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
de mal de gorge ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d'envie de dormir ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
d'être rassasié après un bon repas ?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Partie C: À propos de vous

C1. Quelle est votre langue maternelle ?

Français ☐

Anglais ☐

Autre : ☐

C2. Quel est votre âge en années ?

C3. Quel est votre genre ?

- Femme ☐
- Homme ☐
- Autre ☐

C4. Êtes-vous actuellement sous traitement ou suivi.e pour un trouble neurologique ou psychiatrique ?

- Oui ☐
- Non ☐

C5. Est-ce que vous voyez bien (avec vos lunettes ou lentilles, si vous en portez) ? Evaluez la qualité de votre vision à l'aide de l'échelle suivante.

- Excellente ☐
- Correcte ☐
- Moyenne ☐
- Faible ☐
- Très faible ☐

C6. Aviez-vous déjà entendu parler d'aphantasie ?

Si oui, comment ? Vous pouvez y répondre dans le cadre prévu à cet effet.

- [ ] Non
- [ ] Oui

C7. "L'aphantasie visuelle peut-être définie comme l'incapacité à former une image mentale de façon volontaire. En d'autres termes, les personnes ayant cette particularité ont plutôt tendance à penser en termes abstraits, sous la forme d'idées symboliques ou de faits sans pour autant 'voir' des images dans leur tête.

Ce n'est ni un trouble, ni une maladie, il s'agit simplement d'une caractéristique qui est observable chez 0.8 à 3.9 % de la population."

Selon vous, cette définition pourrait-elle vous correspondre ?

- [ ] Non
- [ ] Oui

C8. Vos rêves contiennent-ils des images ou des scènes visuelles ?

- [ ] Non
- [ ] Je n'en suis pas certain.e
- [ ] Oui
- [ ] Je ne me souviens jamais de mes rêves

C9. Est-ce que vous avez l'impression que vos expériences intérieures (pensées, sentiments, rêveries éveillées, etc.) se sont transformées à un moment de votre vie ?

Aide : *Si votre expérience a changé, tous les détails que vous fournirez pourront nous aider à mieux comprendre le continuum d'imagerie mentale entre l'aphantasie et l'hyperphantasie.*

Non, la forme de mes expériences intérieures a toujours été comme ça. ☐

Oui, la forme de mes expériences intérieures a changé. ☐

Partie D: Débriefing

D1. Est-ce que la procédure était claire ?

D2. Avez-vous une idée de notre hypothèse ? Si "oui", de quoi s'agit-il ?

D3. Pensez-vous que certains aspects de l'expérience ont pu affecter vos réponses ? (Si « oui », quels sont ces éléments et de quelle manière vous ont-t-ils affectés ?)

D4. Souhaitez-vous être informé.e d'autres expériences sur l'imagerie mentale à l'avenir ?

- [ ] Oui, je souhaite être informé.e
- [ ] Non merci, je ne souhaite pas être informé.e

Merci beaucoup pour votre participation !

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse suivante :

aphantasia@univ-grenoble-alpes.fr

Nicole Huson, Claire Vanbuckhave, Téo Pesci, Nathalie Guyader, Hélène Lœvenbruck et Alan Chauvin.