

Questionnaire RCADS

Consigne : Cochez le mot qui montre avec quelle fréquence chacune de ces choses vous arrivent. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses.

	Jamais	Quelque fois	Souvent	Toujours
1. Je m'inquiète sur les choses				
2. Je me sens triste ou vide				
3. Quand j'ai un problème, j'ai une drôle de sensation dans l'estomac				
4. Je m'inquiète quand je pense que j'ai fait quelque chose avec médiocrité				
5. J'aurais peur d'être livré(e) à moi-même à la maison				
6. Rien n'est plus très amusant				
7. Je me sens effrayé(e) quand je dois faire un test				
8. Je me sens inquiet (inquiète) quand je pense que quelqu'un est fâché contre moi				
9. Je m'inquiète à propos d'être loin de mes parents				
10. Je suis tracassé(e) par des pensées ou des images mauvaises ou idiotes dans mon esprit				
11. J'ai du mal à dormir				
12. Je m'inquiète de mal faire mon travail à l'école				
13. Je m'inquiète que quelque chose d'affreux arrive à quelqu'un dans ma famille				
14. Je me sens subitement comme si je ne pouvais plus respirer quand il n'y a aucune raison pour ça				
15. J'ai des problèmes d'appétit				
16. Je dois tout le temps vérifier que j'ai fait les choses correctement (comme vérifier si la lumière est éteinte ou la porte fermée à clé)				
17. Je me sens effrayé(e) si je dois dormir tout(e) seul(e)				
18. J'ai du mal à aller à l'école le matin car je sens nerveux(nerveuse) ou effrayé(e)				
19. Je n'ai aucune énergie pour les choses				
20. Je m'inquiète d'avoir l'air bête				
21. Je suis énormément fatigué(e)				
22. Je m'inquiète que de mauvaises choses m'arrivent				

23. J'ai l'impression de ne pas pouvoir sortir des pensées mauvaises ou idiotes de ma tête				
24. Quand j'ai un problème, mon cœur bat vraiment vite				
25. Je ne peux pas penser clairement				
26. Je me mets subitement à trembler quand il n'y a aucune raison pour ça				
27. Je m'inquiète que quelque chose de mauvais m'arrive				
28. Quand j'ai un problème, je me sens tremblant(e)				
29. Je me sens sans valeur				
30. Je m'inquiète de faire des erreurs				
31. Je dois réfléchir à des pensées spéciales (comme des nombres ou des mots) pour empêcher que de mauvaises choses arrivent				
32. Je m'inquiète de ce que les autres pensent de moi				
33. Je suis effrayé(e) à l'idée d'être dans des endroits pleins de monde (comme les centres commerciaux, les cinémas, les cours d'école bondées)				
34. Tout d'un coup je me sens vraiment très apeuré(e) sans raison				
35. Je m'inquiète à propos de ce qui va se passer				
36. Je deviens subitement pris(e) de vertige ou d'évanouissement quand il n'y a aucune raison pour ça				
37. Je pense à la mort				
38. Je me sens effrayé(e) quand je dois parler face à ma classe				
39. Mon cœur se met subitement à battre trop rapidement pour aucune raison				
40. J'ai l'impression que je ne veux pas bouger				
41. Je m'inquiète d'avoir subitement une sensation effrayante quand il n'y a rien à craindre				
42. Je dois faire certaines choses encore et encore (comme me laver les mains, nettoyer ou mettre les choses dans un certain ordre)				
43. Je me sens effrayé(e) à l'idée d'avoir bête devant les gens				
44. J'ai à faire certaines choses juste comme il faut pour empêcher que de mauvaises choses arrivent				
45. Je m'inquiète quand je vais au lit le soir				
46. Je me sentirais effrayé(e) si je devais rester loin de la maison pour la nuit				
47. Je me sens agité(e)				