

LA SYMPTOM CHECK-LIST

SCL-90 R

L.R. DEROGATIS, 1977

Traduction française : J.D. GUELFY et J.-F. DREYFUS, 1984

NOM: PRENOM: SEXE: AGE: DATE:

Vous trouverez ci-dessous une liste de phrases décrivant des problèmes et des symptômes que l'on peut éprouver. Nous vous demandons de lire attentivement chaque phrase. Pour chacune de ces phrases, vous devez cocher à l'aide d'une croix, une, et une seule, des cinq cases qui se trouvent à droite, c'est-à-dire celle qui donne la meilleure description de ce qui vous a ennuyé ou préoccupé **au cours de la semaine qui vient de s'écouler, y compris aujourd'hui.**

Suivant que le symptôme est très important, important, moyen, ou relativement léger, vous mettez une croix à OUI extrêmement, OUI beaucoup, OUI moyennement, OUI un peu. Si vous estimez que vous ne pourriez pas prononcer la phrase qui constitue la proposition, vous mettez une croix à NON, pas du tout.

Répondez à **toutes** les questions sans exception, ne passez pas trop de temps à répondre, c'est votre première impression qui est importante.

Non pas du tout	Oui un peu	Oui moyennement	Oui beaucoup	Oui extrêmement
0	1	2	3	4

1. J'ai des maux de tête

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

2. Je me sens nerveux(se) et/ou je sens comme un tremblement intérieur

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

3. J'ai des pensées, des mots ou des idées que je ne voudrais pas avoir et qui ne veulent pas quitter mon esprit ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

4. J'ai des tendances à m'évanouir ou des vertiges ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

5. J'ai perdu le goût et le plaisir que j'éprouvais pour les choses sexuelles ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

6. J'ai l'impression d'être critique à l'égard des autres ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

7. J'ai l'idée que quelqu'un d'autre peut contrôler mes pensées ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

8. J'ai le sentiment que les autres sont responsables de la plupart de mes troubles ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

9. J'ai des difficultés à me rappeler des choses ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

10. Je suis ennuyé(e) par ma négligence et mon manque de soin ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

11. Je suis facilement contrarié(e) ou irrité(e) ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

12. J'ai des douleurs au coeur ou dans la poitrine ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

13. Je suis pris(e) de peur dans les espaces découverts ou dans les rues ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

14. Je me sens sans énergie ou ralenti(e) ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

15. Je pense en finir avec la vie ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

16. J'entends des voix que les autres n'entendent pas ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

17. J'ai des tremblements ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

18. J'ai l'impression qu'on ne peut avoir confiance dans la plupart des gens ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

19. J'ai un mauvais appétit ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

20. Je pleure facilement ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

21. Je me sens timide et mal à l'aise avec une personne du sexe opposé ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

22. J'ai l'impression d'être "coincé(e)" ou pris(e) au piège ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

23. Je suis subitement effrayé(e) sans aucune raison ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

24. J'ai des explosions de colère que je ne peux contrôler ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

25. J'ai peur de sortir seul(e) de chez moi ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

26. Je me reproche des choses ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

27. J'ai des douleurs à la partie inférieure du dos

☐☐☐☐☐

28. Je me sens bloqué(e) devant la moindre chose à faire

☐☐☐☐☐

29. J'ai un sentiment de solitude

☐☐☐☐☐

30. J'ai le cafard

☐☐☐☐☐

0 1 2 3 4

[suite](#) 