HAD-A — anxiété

ADOLESCENT + ADULTE · Évaluation actuelle · Au cours de la semaine écoulée

7 questions. Sept questions, 0–21. 0–7 sous le repère ; 8–10 zone intermédiaire ; 11–21 symptomatologie marquée, à approfondir. Sous-échelle de la Hospital Anxiety and Depression Scale.

Choisissez une seule réponse par question selon votre état de la semaine écoulée, sans trop hésiter. Forme abrégée : répondre à chaque question. Les repères de la version longue ne sont pas transposés.

Date : _____ Initiales (facultatif) : _____

1. Je me sens tendu(e) ou énervé(e)
○ La plupart du temps
○ Souvent
○ De temps en temps
○ Jamais

2. J’ai une sensation de peur comme si quelque chose d’horrible allait m’arriver
○ Oui, très nettement
○ Oui, mais ce n’est pas trop grave
○ Un peu, mais cela ne m’inquiète pas
○ Pas du tout

3. Je me fais du souci
○ Très souvent
○ Assez souvent
○ Occasionnellement
○ Très occasionnellement

4. Je peux rester tranquillement assis(e) à ne rien faire et me sentir décontracté(e)
○ Oui, quoi qu’il arrive
○ Oui, en général
○ Rarement
○ Jamais

5. J’éprouve des sensations de peur et j’ai l’estomac noué
○ Jamais
○ Parfois
○ Assez souvent
○ Très souvent

6. J’ai la bougeotte et n’arrive pas à tenir en place
○ Oui, c’est tout à fait le cas
○ Un peu
○ Pas tellement
○ Pas du tout

7. J’éprouve des sensations soudaines de panique

○ Vraiment très souvent

○ Assez souvent

○ Pas très souvent

○ Jamais

Cotation et lecture du résultat

Sept questions, 0–21. 0–7 sous le repère ; 8–10 zone intermédiaire ; 11–21 symptomatologie marquée, à approfondir. Sous-échelle de la Hospital Anxiety and Depression Scale.

Score / remarques : _____

Pour obtenir le calcul détaillé et réunir plusieurs échelles dans un dossier, passez les questionnaires gratuitement sur tousTDAH.fr/questionnaires.html.

A. S. Zigmond et R. P. Snaith (1983). Hospital Anxiety and Depression Scale. Formulaire français fourni et publication autorisée par le titulaire de la licence du site ; tous droits réservés.

Zigmond & Snaith (1983). The Hospital Anxiety and Depression Scale. Acta Psychiatrica Scandinavica, 67, 361–370.

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6880820/