PHQ-8 — symptômes dépressifs

ADOLESCENT + ADULTE · Évaluation actuelle · Au cours des deux dernières semaines

8 questions. Somme 0–24. 0–4 minimale ; 5–9 légère ; 10–14 modérée ; 15–19 modérément sévère ; 20–24 sévère. Cette forme exclut la question sur les pensées de mort ; elle ne permet pas d'évaluer ce risque.

Indiquez la fréquence à laquelle chaque problème vous a gêné(e). La question finale de retentissement complète le profil et ne compte pas dans le total. Forme abrégée : répondre à chaque question. Les repères de la version longue ne sont pas transposés.

Date : _____ Initiales (facultatif) : _____

Choisissez une seule réponse par ligne.	Jamais	Plusieurs jours	Plus de la moitié du temps	Presque tous les jours
1. Peu d'intérêt ou de plaisir à faire les choses	○	○	○	○
2. Être triste, déprimé(e) ou désespéré(e)	○	○	○	○
3. Difficultés à s'endormir ou à rester endormi(e), ou dormir trop	○	○	○	○
4. Se sentir fatigué(e) ou manquer d'énergie	○	○	○	○
5. Avoir peu d'appétit ou manger trop	○	○	○	○
6. Avoir une mauvaise opinion de soi-même, ou avoir le sentiment d'être nul(le), ou d'avoir déçu sa famille ou s'être déçu(e) soi-même	○	○	○	○
7. Avoir du mal à se concentrer, par exemple, pour lire le journal ou regarder la télévision	○	○	○	○
8. Bouger ou parler si lentement que les autres auraient pu le remarquer. Ou au contraire, être si agité(e) que vous avez eu du mal à tenir en place par rapport à d'habitude	○	○	○	○

Cotation et lecture du résultat

Somme 0–24. 0–4 minimale ; 5–9 légère ; 10–14 modérée ; 15–19 modérément sévère ; 20–24 sévère. Cette forme exclut la question sur les pensées de mort ; elle ne permet pas d'évaluer ce risque.

Score / remarques : _____

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

PHQ-9 : Spitzer, Williams, Kroenke et collaborateurs, avec le soutien de Pfizer. Version French for France fournie.

Kroenke et al. (2009). The PHQ-8 as a measure of current depression in the general population. Journal of Affective Disorders, 114, 163–173.

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18752852/