

SCARED-R-51

Voici des peurs que les personnes de ton âge peuvent avoir. Regarde chacune des phrases attentivement et indique à quel point tu as vécu ces peurs durant **les 3 derniers mois**. Il n'y a pas de bonne ou mauvaise réponse. Coche la réponse qui te ressemble le plus.

| | 0 Jamais ou presque jamais | 1 Quelques fois | 2 Souvent |
|--|---|------------------------------|-----------------------|
| 1. Quand j'ai peur, j'ai de la difficulté à respirer. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 2. J'ai peur des hauteurs. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 3. J'ai des maux de tête ou de ventre quand je suis à l'école. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 4. Je n'aime pas être avec des gens que je ne connais pas. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 5. Quand je vois du sang, je me sens étourdi. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 6. Je tiens à ce que les choses soient rangées ou en ordre. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 7. J'ai peur quand je dors ailleurs qu'à la maison. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 8. J'ai peur que les autres ne n'aient pas. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 9. Quand j'ai peur, je me sens comme si j'allais m'évanouir. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 10. Je suis mes parents peu importe où ils vont. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 11. Je me sens nerveux avec les gens que je ne connais pas bien. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 12. J'ai peur d'aller chez le médecin. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 13. Je n'aime pas aller à l'école. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 14. Quand j'ai peur, je me sens comme si j'allais devenir fou. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 15. Je m'inquiète à l'idée de dormir seul. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 16. J'ai peur d'aller chez le dentiste. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 17. Je m'inquiète de ne pas être aussi bon que les autres. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 18. J'ai peur d'un animal qui n'est pas réellement dangereux. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 19. J'ai peur quand il y a du tonnerre dans l'air. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| | 0 Jamais ou presque jamais | 1 Quelques fois | 2 Souvent |
|---|---|--|----------------------------|
| 20. Je fais les choses plus d'une fois en ligne pour vérifier si je les ai bien faites. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 21. Je fais des rêves effrayants à propos d'un événement très négatif que j'ai vécu. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 22. Je veux que les choses soient propres et en ordre. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 23. J'aurais peur si j'avais à prendre l'avion. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 24. Je fais des cauchemars à propos de choses négatives qui arrivent à mes parents. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 25. Je m'inquiète à l'idée d'aller à l'école. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 26. J'ai peur quand je reçois une piqûre. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 27. Je me sens faible et tremblotant. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 28. J'ai tellement peur d'un animal qui n'est pas dangereux que je n'ose pas lui toucher. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 29. Je m'inquiète à propos de ce qui va m'arriver. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 30. Je suis une personne inquiète. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 31. J'essaie de ne pas penser à un événement négatif que j'ai déjà vécu. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 32. J'ai peur d'être seul à la maison. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 33. J'ai peur quand je repense à un événement très négatif que j'ai vécu. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 34. Il est difficile pour moi de parler à des personnes que je connais peu. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 35. Quand j'ai peur, je me sens comme si j'étouffais. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 36. Les gens me disent que je m'inquiète trop. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 37. Je n'aime pas être loin de ma famille. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| | 0 Jamais ou presque jamais | 1 Quelques fois | 2 Souvent |
|--|---|--|----------------------------|
| 38. Je m'inquiète qu'il puisse arriver quelque chose de mal à mes parents. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 39. Je suis gêné avec les gens que je ne connais pas bien. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 40. Sans le vouloir, j'ai des pensées dans lesquelles je blesse d'autres personnes. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 41. Je m'inquiète à propos de ce qui va arriver dans le futur. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 42. Quand j'ai peur, je me sens comme si j'allais vomir. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 43. Je m'inquiète à propos de mes résultats. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 44. J'ai peur d'aller à l'école. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 45. Quand j'ai peur, je me sens étourdi. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 46. J'ai peur dans les endroits petits et fermés. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 47. J'ai des pensées que je ne voudrais pas avoir. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 48. J'ai peur du noir. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 49. J'ai des pensées qui arrivent sans raison dans ma tête à propos d'un événement négative que j'ai vécu. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 50. J'ai peur d'un animal dont la plupart des enfants n'ont pas peur. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| 51. Je n'aime pas être dans un hôpital. | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Symptôme du/de la :

| | |
|-------------------------------------|---------------------------------|
| Trouble panique : | items 1, 9, 14, 27, 35, 42, 45 |
| Trouble d'anxiété généralisée : | items 8, 17, 29, 30, 36, 41, 43 |
| Anxiété de séparation: | items 7, 10, 15, 24, 32, 37, 38 |
| Phobie sociale: | items 4, 11, 34, 39 |
| Trouble obsessionnel-compulsif: | items 6, 20, 22, 40, 47 |
| Trouble de stress-post-traumatique: | items 21, 31, 33, 49 |
| Phobie scolaire : | items 3, 13, 25, 44 |
| Phobie des animaux : | items 18, 28, 50 |
| Phobie de type situationnel : | items 2, 19, 23, 46, 48 |
| Phobie des soins médicaux : | items 5, 12, 16, 26, 51 |