

QUESTIONNAIRE SUR LA QUALITÉ DE VIE DE MCGILL

Révisé[©]

Instructions

Dans ce questionnaire, les questions se présentent de la façon suivante : il y a d'abord un énoncé et, ensuite, suivent deux réponses à l'opposé l'une de l'autre.

Des chiffres de 0 à 10 s'échelonnent entre les deux extrêmes.

Veillez encercler le chiffre entre 0 et 10 qui correspond le mieux à ce qui est vrai pour vous. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse.

Des réponses honnêtes nous seront des plus utiles.

EXEMPLE :

J'ai faim :

pas du tout	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	extrêmement
--------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	--------------------

- Si vous n'avez même pas une toute petite faim, vous pouvez encercler 0.
- Si vous avez une petite faim (vous venez de terminer votre repas et il vous reste de la place pour un dessert), vous pouvez encercler 1, 2 ou 3.
- Si vous avez modérément faim (car l'heure du repas approche), vous pouvez encercler 4, 5 ou 6.
- Si vous avez très faim (car vous n'avez rien mangé de toute la journée), vous pouvez encercler 7, 8 ou 9.
- Si vous avez extrêmement faim, vous pouvez encercler 10.

 **COMMENCEZ ICI**

Veillez répondre à toutes les questions en vous rappelant qu'il s'agit de comment vous vous êtes senti(e) AU COURS DES DEUX DERNIERS JOURS SEULEMENT

Partie A: Qualité de vie globale

- A. En tenant compte de tous les aspects de ma vie (par exemple, physique, émotionnel, social, spirituel et financier), ma qualité de vie au cours des deux derniers jours (48 heures) a été :

très faible	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	excellente
--------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-------------------

PARTIE B: Physique

1. Au cours des deux derniers jours (48 heures), mes symptômes physiques (exemples: douleur, nausée, fatigue et autres) ont été* :

pas problématiques	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	extrêmement problématiques
---------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------------------------

* Si, au cours des deux derniers jours (48 heures), vous n'avez eu **AUCUN** symptôme ou problème physique, choisissez 0 - « pas problématiques», puis allez au énoncé # 2.

Veillez écrire la liste des symptômes physiques qui ont été problématiques (SVP écrivez clairement)

Liste :

2. Au cours des deux derniers jours (48 heures), je me suis senti(e) :

extrêmement mal physiquement	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	extrêmement bien physiquement
-------------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	--------------------------------------

3. Au cours des deux derniers jours (48 heures), être dans l'incapacité de faire les choses que je voulais faire :

n'a pas été un problème	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	a été un énorme problème
--------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---------------------------------

Veillez passer à la page suivante...

PARTIE C: Sentiments et pensées

4. Au cours des deux derniers jours (48 heures), je me suis senti déprimé(e) :

pas du tout	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	extrêmement
--------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	--------------------

5. Au cours des deux derniers jours (48 heures), j'ai été nerveux(se) ou inquiet(ète) :

pas du tout	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	extrêmement
--------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	--------------------

6. Au cours des deux derniers jours (48 heures), je me suis senti(e) triste :

jamais	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	toujours
---------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	-----------------

7. Au cours des deux derniers jours (48 heures), quand j'ai pensé à l'avenir, je me suis senti(e) :

pas du tout inquiet(ète)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	terrifié(e)
---------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	--------------------

8. Au cours des deux derniers jours (48 heures), ma vie a été :

complètement vide de sens et sans but	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	pleine de sens et avec un but
--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	--------------------------------------

9. En pensant aux buts que je m'étais fixés dans la vie, je sens que :

je n'ai rien accompli du tout	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	j'ai fini par réaliser tous mes buts
--------------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---

Veillez passer à la page suivante...

10. Au cours des deux derniers jours (48 heures), le niveau de contrôle que j'ai eu sur ma vie :

n'a pas été un problème	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	a été un énorme problème
--------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---------------------------------

11. Au cours des deux derniers jours (48 heures), j'ai eu une bonne opinion de moi-même en tant que personne :

complètement en désaccord	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	complètement d'accord
----------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	------------------------------

PARTIE D: Social

12. Au cours des deux derniers jours (48 heures), la communication avec les personnes qui me sont chères a été :

difficile	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	facile
------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---------------

13. Au cours des deux derniers jours (48 heures), dans mes relations avec les personnes qui me sont chères, j'ai senti :

plus de distance que je ne l'aurais souhaité	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	que nous étions vraiment très proches
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	--

14. Au cours des deux derniers jours (48 heures), je me suis senti(e) soutenu(e) :

pas du tout	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	complètement
--------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---------------------

Merci beaucoup.

Pour obtenir une copie, veuillez contacter robin.cohen@mcgill.ca