

FACS-Fr/CF

Nom : _____ ID # : _____ Date : ____ / ____ / ____

Instructions : Les gens réagissent à la douleur de différentes manières. Nous voulons savoir ce que vous pensez et ressentez à propos de votre condition douloureuse et comment elle a affecté votre niveau d'activité. Veuillez penser à votre état au cours de la dernière semaine et encrer un chiffre entre "0" et "5" dans l'échelle ci-dessous pour répondre à chaque question.

5 = Tout à fait d'accord

4 = Plutôt d'accord

3 = Légèrement d'accord

2 = Légèrement en désaccord

1 = Plutôt en désaccord

0 = Pas du tout d'accord

Par rapport à la dernière semaine, dans quelle mesure êtes-vous en accord avec les énoncés suivants en ce qui concerne votre condition douloureuse ?

	<i>Tout à fait d'accord</i>	<i>Plutôt d'accord</i>	<i>Légèrement d'accord</i>	<i>Légèrement en désaccord</i>	<i>Plutôt en désaccord</i>	<i>Pas du tout d'accord</i>
1) J'essaie d'éviter les activités et les mouvements qui aggravent ma douleur.....	5	4	3	2	1	0
2) Je m'inquiète au sujet de ma condition douloureuse.....	5	4	3	2	1	0
3) Je crois que ma douleur ne fera qu'empirer jusqu'à ce que je n'arrive plus du tout à fonctionner.....	5	4	3	2	1	0
4) Je suis submergé(e) par la peur lorsque je pense à ma condition douloureuse.....	5	4	3	2	1	0
5) J'évite de pratiquer certaines activités, car j'ai peur de me blesser (ou de me blesser à nouveau).....	5	4	3	2	1	0
6) Lorsque ma douleur est très intense, j'éprouve aussi d'autres symptômes comme des nausées, des difficultés respiratoires, des palpitations, des tremblements ou des étourdissements.....	5	4	3	2	1	0

FACS-Fr/CF

Suite...

Par rapport à la dernière semaine, dans quelle mesure êtes-vous en accord avec les énoncés suivants en ce qui concerne votre condition douloureuse ?

	<i>Tout à fait d'accord</i>	<i>Plutôt d'accord</i>	<i>Légèrement d'accord</i>	<i>Légèrement en désaccord</i>	<i>Plutôt en désaccord</i>	<i>Pas du tout d'accord</i>
7) Il est injuste que je doive vivre avec ma condition douloureuse.....	5	4	3	2	1	0
8) Ma condition douloureuse augmente le risque de me blesser (ou de me blesser à nouveau) pour le reste de ma vie.....	5	4	3	2	1	0
9) En raison de ma condition douloureuse, ma vie ne sera plus jamais la même.....	5	4	3	2	1	0
10) Je n'ai aucun contrôle sur ma douleur.....	5	4	3	2	1	0
11) J'évite certaines activités et certains mouvements, car j'ai peur que ma douleur augmente.....	5	4	3	2	1	0
12) C'est la faute de quelqu'un d'autre si j'ai cette condition douloureuse.....	5	4	3	2	1	0
13) La douleur causée par mon état de santé est un signal d'alerte indiquant que quelque chose ne va pas du tout.....	5	4	3	2	1	0
14) Personne ne comprend à quel point ma condition douloureuse est grave.....	5	4	3	2	1	0

**Commencez chacune des phrases suivantes par ceci :
Durant la semaine dernière, en raison de ma condition douloureuse, j'ai évité...**

	<i>Tout à fait d'accord</i>	<i>Plutôt d'accord</i>	<i>Légèrement d'accord</i>	<i>Légèrement en désaccord</i>	<i>Plutôt en désaccord</i>	<i>Pas du tout d'accord</i>
15) ...des activités exigeantes (p. ex., effectuer d'importants travaux d'entretien de terrain ou déplacer des meubles lourds).....	5	4	3	2	1	0
16) ...des activités modérées (p. ex., faire le repas ou le ménage de la maison).....	5	4	3	2	1	0

FACS-Fr/CF

Suite...

**Commencez chacune des phrases suivantes par ceci :
 Durant la semaine dernière, en raison de ma condition
 douloureuse, j'ai évité...**

		<i>Tout à fait d'accord</i>	<i>Plutôt d'accord</i>	<i>Légèrement d'accord</i>	<i>Légèrement en désaccord</i>	<i>Plutôt en désaccord</i>	<i>Pas du tout d'accord</i>
17) ...des activités légères (p. ex., aller au cinéma ou au restaurant).....	5	4	3	2	1	0	
18) ...l'ensemble de mes tâches et corvées à la maison et/ou au travail.....	5	4	3	2	1	0	
19) ...des activités récréatives et/ou de l'exercice (des choses que je fais pour le plaisir ou maintenir un bon état de santé).....	5	4	3	2	1	0	
20) ...des activités où je dois utiliser la ou les parties douloureuses de mon corps.....	5	4	3	2	1	0	

Score total :
