

	oui	non	parfois
Avez-vous du mal à démarrer le matin ?			
Avez-vous tendance à prendre tout très à coeur, même les petites choses dont vous savez qu'elles n'ont pas d'importance ?			
Votre nuque, vos épaules et votre dos sont-ils fréquemment douloureux ?			
Au cours des 3 derniers mois, avez-vous oublié un rendez-vous ?			
Avez-vous eu mal à la gorge plusieurs fois ces 6 derniers mois ?			
Une fois de retour chez vous, est ce que vous vous écroulez vous dans le canapé ?			
Êtes vous souvent saisi par des angoisses dont vous ne connaissez pas la cause ?			
A 17 H, c'est l'heure de votre coup de pompe ?			
Vous indignez-vous facilement même si vous n'êtes pas directement concerné ?			
Si les choses ne vont pas assez vite, votre colère monte t-elle rapidement ?			
Êtes vous souvent en retard dans vos dossiers ?			
Avez-vous du mal à vous concentrer ?			
Attendez-vous a dernière minute pour vous mettre au travail ?			
Avez-vous des problèmes de sommeil, d'insomnies ?			
Faites-vous des cauchemars souvent ?			
Êtes vous soupçonneux ?			
Détestez-vous ceux qui ont tendance à se plaindre ?			
Êtes vous particulièrement susceptible et supportez-vous mal la critique ?			
Votre humeur change t-elle facilement sans que vous puissiez l'expliquer ?			
Essayez-vous de faire un maximum de choses en un minimum de temps ?			
Avez-vous du mal à rester inactif pendant vos heures de loisirs ?			
Au cours des trois derniers mois, avez-vous commis une erreur au travail ?			
Êtes-vous souvent envahi par le sentiment d'être malheureux ?			
Souffrez-vous souvent de céphalées ?			
Sursautez-vous facilement au moindre bruit (sonnerie du téléphone, klaxon....) ?			
Avez-vous la sensation d'être irritable très facilement ?			
Consommez-vous plus de deux verres d'alcool par jour ?			
Avez-vous tendance à vous jeter sur la nourriture ?			
Est ce que vous avez pris du poids cette année ?			
Avez-vous le trac de vous exprimer devant d'autres personnes ?			
Souffrez-vous de ne pas trouver vos mots, ou de trous de mémoire ?			
Vous sentez-vous souvent fatigué (e) sans effort particulier ?			
Avez-vous tendance à repousser au lendemain vos actions mêmes importantes ?			
Avez-vous eu récemment un fou rire ?			
Avez-vous tendance à vous emporter plus que d'habitude ?			