

Auto-évaluation du trouble de l'adaptation

ADNM - 20 items

Trouble de l'adaptation – Nouveau module 20

Voici ci-dessous une liste d'évènements de vie stressants. Merci d'indiquer les évènements qui vous sont arrivés durant les deux dernières années et qui sont actuellement un très lourd fardeau pour vous, ou qui ont été un fardeau pour vous ou cours des 6 derniers mois. Vous pouvez indiquer plusieurs évènements s'ils s'appliquent à vous.

Oui	Date de l'évènement (mois/année)
01. Divorce / séparation /
02. Conflits familiaux	de / à /
03. Conflits au travail	de / à /
04. Conflits avec le voisinage	de / à /
05. Maladie d'un être cher	de / à /
06. Décès d'un être cher /
07. Adaptation à la retraite /
08. Chômage	de / à /
09. Trop / pas assez de travail	de / à /
10. Pression pour respecter des délais / pression de temps	de / à /
11. Emménager dans un nouveau logement /
12. Problèmes financiers	de / à /
13. Propre maladie grave	de / à /
14. Accident grave /
15. Agression /
16. Fin d'une activité de loisir importante	de / à /
17. Confinement suite à une épidémie	de / à /
18. Tout autre évènement de vie stressant (merci de préciser)	de / à /
19. Tout autre évènement de vie stressant (merci de préciser)	de / à /

Les évènements que vous venez d'indiquer peuvent avoir de nombreuses conséquences sur notre bien-être et comportement. Merci d'indiquer ci-dessous quel(s) événement(s) a(ont) été le(s) plus éprouvant(s) :

.....
.....

Les évènements que vous venez d'indiquer peuvent avoir de nombreuses conséquences sur notre bien-être et comportement. Ci-dessous vous trouvez différentes affirmations à propos de réactions que ce type d'évènements peut déclencher. Tout d'abord, merci d'indiquer à quelle fréquence les différentes affirmations s'appliquent à vous (de « jamais » à « souvent »).

Ensuite, merci d'indiquer depuis combien de temps vous avez eu cette réaction. Cela peut être pour moins d'un mois (<1 mois), entre un mois et une demi-année (1-6 mois), ou plus de 6 mois (6 mois-2 ans). Cela peut ne pas être très simple à indiquer, mais merci d'essayer de donner une estimation approximative de la durée de la réaction. Si vous n'avez pas indiqué d'évènement de vie stressant dans la liste précédente, alors vous pouvez ignorer les questions qui suivent.

	Jamais (1)	Rarement (2)	Parfois (3)	Souvent (4)
1. Depuis la situation stressante, je me sens déprimé.e et triste.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
2. Je dois penser à la situation stressante de manière répétée.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
3. J'essaie d'éviter de parler de la situation stressante chaque fois que cela est possible.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
4. Je dois penser à la situation stressante beaucoup et cela est un lourd fardeau pour moi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
5. Je fais rarement les activités qui me plaisaient avant.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
6. Si je pense à la situation stressante, je me retrouve dans un réel état d'anxiété.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
7. J'évite certaines choses qui peuvent me rappeler la situation stressante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
8. Je suis nerveux.se et agité.e depuis la situation stressante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
9. Depuis la situation stressante, je me mets en colère bien plus rapidement qu'auparavant, même pour de petites choses.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
10. Depuis la situation stressante, je trouve difficile de me concentrer sur certaines choses.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ans	◦ 1-6 mois	◦ 6 mois-2 ans	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. J'essaie de rejeter la situation stressante de ma mémoire.	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			
12. J'ai remarqué que je deviens plus irritable à cause de la situation stressante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			
13. J'ai constamment des souvenirs de la situation stressante et je ne peux rien faire pour les arrêter.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			
14. J'essaie de supprimer mes sentiments car ils sont un fardeau pour moi.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			
15. Mes pensées tournent souvent autour de tout ce qui est relié à la situation stressante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			
16. Depuis la situation stressante, j'ai peur de faire certaines choses ou de me retrouver dans certaines situations.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			
17. Depuis la situation stressante, je n'aime pas aller au travail ou faire les tâches quotidiennes nécessaires.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			
18. Je me sens découragé.e depuis la situation stressante et j'ai peu d'espoir dans l'avenir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			
19. Depuis l'évènement stressant, je ne peux plus dormir correctement.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			
20. Dans l'ensemble, la situation cause une détérioration importante de ma vie sociale et professionnelle, de mon temps de loisirs, et des autres domaines importants de fonctionnement.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	◦ < 1 mois ◦ 1–6 mois ◦ 6 mois–2 ans			

Auto-évaluation du trouble de l'adaptation

ADNM - 20 items

Trouble de l'adaptation – Nouveau module 20

Un score total supérieur à 47 suggère la présence d'un trouble de l'adaptation.

Symptômes centraux				
Préoccupations	2	4	13	15
Echec d'adaptation	10	17	19	20
Symptômes accessoires				
Evitement	3	7	11	14
Humeur dépressive	1	5	18	
Anxiété	6	16		
Trouble de l'impulsion	8	9	12	

Références

- Einsle, F., Köllner, V., Dannemann, S., & Maercker, A. (2010). Development and validation of a self-report for the assessment of adjustment disorders. *Psychology, Health & Medicine*, 15(5), 584-595.
- Glaesmer, H., Romppel, M., Braehler, E., Hinz, A., & Maercker, A. (2015). Adjustment Disorder as proposed for ICD-11: Dimensionality and Symptom Differentiation. *Psychiatry Research*, 229, 940-948.
- Lorenz, L. (2016). Diagnostik von Anpassungsstörungen. Ein Fragebogen zum neuen ICD-11-Modell. Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Lorenz, L., Bachem, R.C., Maercker, A. (2016). The Adjustment Disorder–New Module 20 as a screening instrument: Cluster analysis and cut-off values. *Int J Occup Environ Med*, 7, 215-220.
- Maercker, A., Einsle, F., Köllner, V. (2007). Adjustment disorders as stress response syndromes: A new diagnostic concept and its exploration in a medical sample. *Psychopathology*, 40, 135-146
- Vancappel, A., Jansen, E., Bachem, R., Bray, A., Egreteau, L., Réveillère, C., Maercker, A., & El-Hage, W. (2021). Validation of the French ADNM-20 in the assessment of emotional difficulties resulting from COVID-19 quarantine and outbreak. *BMC Psychology*, 9(1), 180.
<https://doi.org/10.1186/s40359-021-00683-7>

« Cette oeuvre est diffusée sous licence CC BY NC ND 4.0 dont les termes sont disponibles via le lien suivant : <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.fr> ».

