

**QUESTIONNAIRE
D'AUTO-EVALUATION
DE L'ATTENTION
(Q. A. A.)**

A REMETTRE AU PATIENT

Le Questionnaire se subdivise en sept rubriques.

Pour chaque rubrique, nous vous demandons tout d'abord de lire attentivement toutes les propositions avant de répondre à chacune d'elle en particulier.

Sur la grille de notation en face de la proposition, cochez le cercle (O) correspondant à la fréquence du trouble envisagé.

EXEMPLE:

	jamais	très rarement	parfois	souvent	très souvent	toujours
.....	<input type="radio"/>					

Veillez répondre à toutes les propositions sans en omettre aucune.
Remplissez ce questionnaire dans l'ordre proposé.
Ne revenez jamais en arrière.

INFORMATIONS GENERALES

Date de l'examen

Nom

Prénom

Date de naissance

Sexe

Profession

Diplôme le plus élevé obtenu

Si vous avez plus de 60 ans :

Vivez-vous seul(e) ? oui / non

Vivez-vous en famille ? oui / non

Vivez-vous dans un home ? oui / non

PENSEZ-VOUS AVOIR DES PROBLEMES D'ATTENTION
DANS LA VIE QUOTIDIENNE?

(Entourez votre réponse)

JAMAIS - TRES RAREMENT - PARFOIS - SOUVENT - TRES SOUVENT - TOUJOURS

I. LECTURES

- | | jamaais | très rarement | parfois | souvent | très souvent | toujours |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1. Lors de mes lectures, je perds le fil parce que je suis distrait(e) par les bruits extérieurs et/ou le va-et-vient autour de moi. | <input type="radio"/> |
| 2. Lors de mes lectures, je perds le fil parce que mon esprit vagabonde et que je ne peux pas m'empêcher de penser à autre chose. | <input type="radio"/> |
| 3. Lors de mes lectures, je perds le fil parce que j'ai comme un "trou", un "blanc", la tête vide. | <input type="radio"/> |
| 4. Lors de mes lectures, je perds le fil parce que j'oublie au fur et à mesure des éléments importants. | <input type="radio"/> |
| 5. Même si je suis dans un endroit calme, il me faut beaucoup de temps pour lire un texte. | <input type="radio"/> |

II. CONVERSATIONS

Pour les propositions suivantes, il se pourrait que vos difficultés se situent plus particulièrement lors de conversations à deux ou à plusieurs. Considérez donc les deux situations séparément.

- | | | jamais | très rarement | parfois | souvent | très souvent | toujours |
|----|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1. | Lors de conversations, je perds le fil parce que je suis distrait(e) par les bruits extérieurs et/ou le va-et-vient autour de moi. | | | | | | |
| | Pour les conversations à deux: | <input type="radio"/> |
| | Pour les conversations à plusieurs: | <input type="radio"/> |
| 2. | Lors de conversations, je perds le fil parce que mon esprit vagabonde et que je ne peux pas m'empêcher de penser à autre chose. | | | | | | |
| | Pour les conversations à deux: | <input type="radio"/> |
| | Pour les conversations à plusieurs: | <input type="radio"/> |
| 3. | Lors de conversations, je perds le fil parce que j'oublie au fur et à mesure ce qu'on me dit. | | | | | | |
| | Pour les conversations à deux: | <input type="radio"/> |
| | Pour les conversations à plusieurs: | <input type="radio"/> |
| 4. | Lors de conversations, je perds le fil parce que j'ai comme un "trou", un "blanc", la tête vide. | | | | | | |
| | Pour les conversations à deux: | <input type="radio"/> |
| | Pour les conversations à plusieurs: | <input type="radio"/> |
| 5. | Lors de conversations, je perds le fil parce que j'ai l'impression que les choses vont trop vite. | | | | | | |
| | Pour les conversations à deux: | <input type="radio"/> |
| | Pour les conversations à plusieurs: | <input type="radio"/> |

jamais
très rarement
parfois
souvent
très souvent
toujours

6. Lors de conversations, on me fait remarquer que sans m'en rendre compte je change de sujet.
- Pour les conversations à deux:
- Pour les conversations à plusieurs:
7. Lors de conversations, je perds le fil parce que j'éprouve des difficultés à passer aisément d'une idée à l'autre.
- Pour les conversations à deux:
- Pour les conversations à plusieurs:
8. Lors de conversations, je prends beaucoup de temps pour comprendre ce qu'on me dit.
- Pour les conversations à deux:
- Pour les conversations à plusieurs:
9. Lors de conversations, je prends beaucoup de temps avant de répondre aux questions qu'on me pose.
- Pour les conversations à deux:
- Pour les conversations à plusieurs:
10. Lors de conversations à plusieurs, je perds le fil parce que tout le monde parle en même temps.
11. Lors de conversations à plusieurs, je perds le fil parce que j'éprouve des difficultés à passer d'un interlocuteur à l'autre.

III. TELEVISION

- | | jamais | très rarement | parfois | souvent | très souvent | toujours |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1. Lorsque je regarde la télévision, je perds le fil parce que je suis distrait(e) par les bruits extérieurs et/ou le va-et-vient autour de moi. | <input type="radio"/> |
| 2. Lorsque je regarde la télévision, je perds le fil parce que mon esprit vagabonde et que je ne peux pas m'empêcher de penser à autre chose. | <input type="radio"/> |
| 3. Lorsque je regarde la télévision, je perds le fil parce que j'ai comme un "trou", un "blanc", la tête vide. | <input type="radio"/> |
| 4. Lorsque je regarde la télévision, je perds le fil parce que j'oublie au fur et à mesure certains éléments. | <input type="radio"/> |
| 5. Lorsque je regarde la télévision, je perds le fil parce que j'ai l'impression que les choses vont trop vite. | <input type="radio"/> |

IV. ACTIVITE(S)

	jamais	très rarement	parfois	souvent	très souvent	toujours
1. Quand je mène une activité, je suis facilement distrait(e) par les bruits extérieurs et/ou le va-et-vient autour de moi.	<input type="radio"/>					
2. Quand je mène une activité simple, répétitive et monotone de longue durée, je commets beaucoup d'erreurs.	<input type="radio"/>					
3. Quand je mène une activité, et que je suis interrompu(e) par quelque chose d'imprévu, j'oublie d'y revenir pour la terminer.	<input type="radio"/>					
4. Quand je mène une activité qui comporte plusieurs étapes, j'en omets une (ex : pour préparer du café, je place le filtre et l'eau, j'allume le percolateur et je me rends compte que j'ai oublié de mettre du café dans le filtre).	<input type="radio"/>					
5. Quand je mène une activité, je l'effectue lentement.	<input type="radio"/>					
6. J'éprouve des difficultés à mener à bien plusieurs activités à la fois.	<input type="radio"/>					
7. Quand je mène une activité, je commets des erreurs si l'on me parle en même temps.	<input type="radio"/>					
8. J'éprouve des difficultés à passer sans transition d'une activité à une autre.	<input type="radio"/>					

V. DISTRACTIONS

- | | jamais | très rarement | parfois | souvent | très souvent | toujours |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1. J'oublie l'endroit où je viens de déposer un objet (journal, lunettes, clefs, etc.) quelques instants auparavant. | <input type="radio"/> |
| 2. J'entre dans une pièce sans plus savoir ce que je venais y faire. | <input type="radio"/> |
| 3. Je cherche un objet que j'ai sous les yeux. | <input type="radio"/> |
| 4. J'entre dans une pièce pour prendre ou faire quelque chose et j'en ressors en ayant pris ou fait autre chose. | <input type="radio"/> |
| 5. Lorsque je sors de chez moi, je dois retourner vérifier si j'ai bien éteint toutes les lumières ou si j'ai bien fermé la porte à clef. | <input type="radio"/> |

VI. FATIGUE

	jamais	très rarement	parfois	souvent	très souvent	toujours
1. Je me sens fatigué(e) dès le réveil.	<input type="radio"/>					
2. Je me sens fatigué(e) en cours de journée.	<input type="radio"/>					
3. Je me sens fatigué(e) en début de soirée.	<input type="radio"/>					
4. J'ai besoin de faire une sieste.	<input type="radio"/>					
5. J'ai besoin d'un moment de repos entre deux activités de la vie quotidienne.	<input type="radio"/>					
6. Je me fatigue lors d'une activité de longue durée.	<input type="radio"/>					
7. Je me fatigue lors d'un effort d'attention soutenue.	<input type="radio"/>					
8. Le bruit me fatigue.	<input type="radio"/>					
9. La lumière me fatigue.	<input type="radio"/>					

VII. CONDUITE AUTOMOBILE

Répondez aux propositions suivantes si vous êtes conducteur(trice).

- | | jamais | très rarement | parfois | souvent | très souvent | toujours |
|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1. Lorsque je conduis sur de longues distances, je dois m'arrêter à plusieurs reprises. | <input type="radio"/> |
| 2. Lorsque je conduis, je suis lent(e) à réagir aux feux de signalisation. | <input type="radio"/> |
| 3. Lorsque je conduis, je ne remarque pas les panneaux indicateurs. | <input type="radio"/> |
| 4. Lorsque je conduis, j'éprouve des difficultés à réagir rapidement lorsqu'un obstacle imprévu surgit. | <input type="radio"/> |
| 5. Lorsque je conduis dans un endroit familier, je préfère être seul(e) ou alors que l'on ne me parle pas. | <input type="radio"/> |
| 6. Lorsque je conduis dans un endroit non familier, je préfère être seul(e) ou alors que l'on ne me parle pas. | <input type="radio"/> |
| 7. J'éprouve des difficultés à conduire dans des endroits où la circulation est très dense. | <input type="radio"/> |

Pour la proposition suivante, cochez une des deux solutions:

- Je suis un(e) conducteur(trice) expérimenté(e)
- peu expérimenté(e)

**PENSEZ-VOUS AVOIR DES PROBLEMES D'ATTENTION
DANS LA VIE QUOTIDIENNE?**

(Entourez votre réponse)

JAMAIS - TRES RAREMENT - PARFOIS - SOUVENT - TRES SOUVENT - TOUJOURS

VIII. ETAT GENERAL

Pour les propositions suivantes, entourez la réponse.

1. Mon entourage me considère comme "une tête en l'air". oui / non
2. On dit de moi que j'ai un caractère bohème. oui / non
3. On me considère comme "rêveur/rêveuse" ou "lunatique". oui / non
4. À l'école, j'ai (j'avais) tendance à rêvasser plutôt qu'à suivre les cours. oui / non

IX. OCCUPATIONS

Pour les propositions suivantes, noircissez une des trois solutions:

1. Habituellement, mes journées sont très remplies
 remplies
 peu remplies

2. Mes journées comportent beaucoup de situations imprévues
 peu de situations imprévues
 pas de situations imprévues

Si vous avez des problèmes d'attention, utilisez-vous des "trucs" qui vous permettent d'y remédier ?

Si oui, lesquels ?

.....

.....

.....