

Site *depression-bipolarite-pratique*

Questionnaires d'états-mixtes

Lorsque vous êtes déprimé, vous arrive-t-il de ressentir parfois ? :

	OUI	NON
Agitation psychique ou tension interne		
Pensées surabondantes ou accélérées		
Irritabilité ou rage sans cause précise		
Absence de ralentissement psycho-moteur		
Logorrhée (parler beaucoup)		
Souffrance intense ou fréquents accès de pleurs		
Humeur instable ou réactivité émotionnelle amplifiée		
Réduction du besoin de sommeil ou insomnies		

Source Koukopoulos et al, 2007 ; 3 items ou plus : dépression-mixte

Lorsque vous êtes en sur-régime mentale (hypomanie ou manie), vous arrive-t-il de ressentir, parfois, malgré tout :

	OUI	NON
Un ralentissement de la pensée		
Une humeur plutôt triste		
Un ralentissement physique		