



PCL-5 – Français

Consignes : Voici une liste de problèmes que les gens éprouvent parfois suite à une expérience vraiment stressante. Veuillez lire chaque énoncé attentivement et cocher la case pour indiquer dans quelle mesure ce problème vous a affecté dans le dernier mois.

Dans le dernier mois, dans quelle mesure avez-vous été affecté par :	Pas du tout	Un peu	Modéré-ment	Beau-coup	Extrême-ment
1. Des souvenirs répétés, pénibles et involontaires de l'expérience stressante ?	0	1	2	3	4
2. Des rêves répétés et pénibles de l'expérience stressante ?	0	1	2	3	4
3. Se sentir ou agir soudainement comme si vous viviez à nouveau l'expérience stressante ?	0	1	2	3	4
4. Se sentir mal quand quelque chose vous rappelle l'événement ?	0	1	2	3	4
5. Avoir de fortes réactions physiques lorsque quelque chose vous rappelle l'événement (accélération cardiaque, difficulté respiratoire, sudation) ?	0	1	2	3	4
6. Essayer d'éviter les souvenirs, pensées, et sentiments liés à l'événement ?	0	1	2	3	4
7. Essayer d'éviter les personnes et les choses qui vous rappellent l'expérience stressante (lieux, personnes, activités, objets) ?	0	1	2	3	4
8. Des difficultés à vous rappeler des parties importantes de l'événement ?	0	1	2	3	4
9. Des croyances négatives sur vous-même, les autres, le monde (des croyances comme : je suis mauvais, j'ai quelque chose qui cloche, je ne peux avoir confiance en personne, le monde est dangereux) ?	0	1	2	3	4
10. Vous blâmer ou blâmer quelqu'un d'autre pour l'événement ou ce qui s'est produit ensuite ?	0	1	2	3	4
11. Avoir des sentiments négatifs intenses tels que peur, horreur, colère, culpabilité, ou honte ?	0	1	2	3	4
12. Perdre de l'intérêt pour des activités que vous aimiez auparavant ?	0	1	2	3	4
13. Vous sentir distant ou coupé des autres ?	0	1	2	3	4
14. Avoir du mal à éprouver des sentiments positifs (par exemple être incapable de ressentir de la joie ou de l'amour envers vos proches) ?	0	1	2	3	4
15. Comportement irritable, explosions de colère, ou agir agressivement ?	0	1	2	3	4
16. Prendre des risques inconsidérés ou encore avoir des conduites qui pourraient vous mettre en danger ?	0	1	2	3	4
17. Être en état de « super-alerte », hyper vigilant ou sur vos gardes ?	0	1	2	3	4
18. Sursauter facilement ?	0	1	2	3	4
19. Avoir du mal à vous concentrer ?	0	1	2	3	4
20. Avoir du mal à trouver le sommeil ou à rester endormi ?	0	1	2	3	4



PCL-5 – Français Cotation

Pour coter ce test, nous vous proposons cette méthode validée :

Comptez les réponses de votre patient selon son type de réponse à chaque question :

Pas du tout = 0

Un peu = 1

Modérément = 2

Beaucoup = 3

Extrêmement = 4

GRILLE DES RÉSULTATS

- Score total de 0 à 80 : La littérature actuelle considère qu'un **score total de 33 ou +** est positif et signe la présence éventuelle d'un trouble de stress post-traumatique.
- Evaluation critère par critère :

Critère B – Symptômes d'Intrusion : Questions 1 à 5

Si une question ou + présente un score de 2 ou + = Critère validé

Critère C – Symptômes d'évitement : Questions 6 à 7

Si une question ou + présente un score de 2 ou + = Critère validé

Critère D – Symptômes d'engourdissement émotionnel : Questions 8 à 14

Si deux questions ou + présentent un score de 2 ou + = Critère validé

Critère E – Symptômes neurovégétatifs : Questions 15 à 20

Si deux questions ou + présentent un score de 2 ou + = Critère validé

Si les **4 critères sont validés** la personne présente potentiellement un TPST si elle a été précédemment exposé à un évènement traumatogène.

RÉFÉRENCES

Blevins, C. A., Weathers, F. W., Davis, M. T., Witte, T. K., & Domino, J. L. (2015). The Posttraumatic Stress Disorder Checklist for *DSM-5* (PCL-5): Development and initial psychometric evaluation. *Journal of Traumatic Stress, 28*, 489-498. doi: 10.1002/jts.22059

Bovin, M. J., Marx, B. P., Weathers, F. W., Gallagher, M. W., Rodriguez, P., Schnurr, P. P., & Keane, T. M. (2015). Psychometric properties of the PTSD Checklist for Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-Fifth Edition (PCL-5) in Veterans. *Psychological Assessment, 28*, 1379-1391. doi: 10.1037/pas0000254

Wortmann, J. H., Jordan, A. H., Weathers, F. W., Resick, P. A., Dondanville, K. A., Hall-Clark, B., Foa, E. B., Young-McCaughan, S., Yarvis, J., Hembree, E. A., Mintz, J., Peterson, A. L., & Litz, B. T. (2016). Psychometric analysis of the PTSD Checklist-5 (PCL-5) among treatment-seeking military service members. *Psychological Assessment, 28*, 1392-1403. doi: 10.1037/pas0000260