

Questionnaire PCS (Pain Catastrophizing scale)

Dans ce questionnaire vous trouverez 13 énoncés décrivant différentes pensées et émotions qui peuvent être associées à la douleur. Veuillez indiquer à quel point vous avez ces pensées et émotions, selon l'échelle ci-dessous :

0 – pas du tout **1** – un peu **2** – modérément **3** – beaucoup **4** – en permanence

Quand j'ai mal ...

1	Je me préoccupe constamment de savoir si la douleur s'arrêtera	0	1	2	3	4
2	J'ai l'impression que je ne pourrai pas continuer ainsi	0	1	2	3	4
3	C'est terrible et je pense que ça ne s'améliorera jamais	0	1	2	3	4
4	C'est affreux et je sens que c'est plus fort que moi	0	1	2	3	4
5	J'ai l'impression de ne plus pouvoir supporter la douleur	0	1	2	3	4
6	J'ai peur que la douleur ne s'aggrave	0	1	2	3	4
7	Je ne cesse de penser à d'autres expériences douloureuses	0	1	2	3	4
8	Je souhaite avec angoisse que la douleur disparaisse	0	1	2	3	4
9	Je ne peux pas m'empêcher d'y penser	0	1	2	3	4
10	Je ne cesse de penser à quel point ça fait mal	0	1	2	3	4
11	Je ne cesse de penser à quel point je veux que la douleur disparaisse	0	1	2	3	4
12	Il n'y a rien que je puisse faire pour réduire l'intensité de la douleur	0	1	2	3	4
13	Je me demande s'il va m'arriver quelque chose de grave	0	1	2	3	4

TOTAL =

Rumination : énoncés 8, 9, 10 et 11

Amplification : énoncés 6, 7 et 13

Impuissance : énoncés 1, 2, 3, 4, 5 et 12