



ÉVALUATION DU NIVEAU D'ANXIÉTÉ ET DE DÉPRESSION : TEST HAD

		A	D
1- Je me sens tendu et énervé	La plupart du temps Souvent De temps en temps Jamais	3 2 1 0	
2- Je prends plaisir au mêmes choses qu'autrefois	Oui, tout autant Pas autant Un peu seulement Presque plus		3 2 1 0
3- J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver	Oui, très nettement Oui, mais ce n'est pas trop grave Un peu, mais cela ne m'inquiète pas Pas du tout	3 2 1 0	
4- Je ris assez facilement et vois le bon côté des choses	Autant que par le passé Plus autant qu'avant Vraiment moins qu'avant Plus du tout		3 2 1 0
5- je me fais du souci	Très souvent Assez souvent Occasionnellement Très occasionnellement	3 2 1 0	
6- Je suis de bonne humeur	Jamais Rarement Assez souvent La plupart du temps		3 2 1 0
7- Je peux rester tranquillement assis à ne rien faire et me sentir décontracté	Oui, quoiqu'il arrive Oui, en général Rarement Jamais	3 2 1 0	
8- J'ai l'impression de fonctionner au ralenti	Presque toujours Très souvent Parfois Jamais		3 2 1 0
9- J'éprouve des sensations de peur et j'ai l'estomac noué	Jamais Parfois Assez souvent Très souvent	3 2 1 0	

INTERPRÉTATION :

POUR L'ANXIÉTÉ :

Additionner les points des réponses **1, 3, 5, 7, 9, 11** et **13**

Total A =

POUR LA DÉPRESSION :

Additionner les points des réponses **2, 4, 6, 8, 10, 12, 14**

Total D =

Pour dépister des symptomatologies anxieuses et dépressives, l'interprétation suivante peut être proposée pour chacun des scores A et D :

7 OU MOINS : Absence de symptomatologie

8 À 10 : Symptomatologie douteuse

11 ET PLUS : Symptomatologie certaine