

### **Activité 4-3 : Questionnaire de l'index des préoccupations familiales envers les troubles concomitants**


Les questions suivantes pourraient vous aider à cerner vos préoccupations. Après en avoir dressé la liste, vous pourrez songer à des moyens de les éliminer. Réfléchissez aux gestes simples que vous pouvez poser de façon graduelle.

Le questionnaire pourrait également vous aider à :

- repérer les préoccupations sur lesquelles vous avez très peu d'influence ;
- trouver des moyens d'apprendre à accepter ce que vous ne pouvez changer.

Pour chaque énoncé, encerclez le chiffre correspondant le mieux à *ce que vous ressentez en ce moment*. Après avoir répondu à toutes les questions, faites le total de vos réponses. Plus votre résultat est élevé, plus vous vous alarmez au sujet de votre situation et plus vous devez vous concentrer sur votre santé et votre bien-être sur le plan émotionnel, social et physique.

#### **Dans quelle mesure vous inquiétez-vous...**

											
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de l'état actuel de santé et de bien-être du membre de votre famille qui est malade ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de l'état actuel de santé et de bien-être des autres membres de votre famille ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de votre état actuel de santé et de bien-être ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de l'état de santé et de bien-être à long terme du membre de votre famille qui est malade ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de l'état de santé et de bien-être à long terme des autres membres de votre famille ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de votre état de santé et de bien-être à long terme ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



	<i>Pas</i> ←————→ <i>Très</i> <i>inquiet</i> <i>inquiet</i>										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de la santé physique du membre de votre famille qui est malade ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de la santé physique des autres membres de votre famille ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de votre propre santé physique ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
du bien-être spirituel du membre de votre famille qui est malade ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
du bien-être spirituel des autres membres de votre famille ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de votre propre bien-être spirituel ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de la situation financière du membre de votre famille qui est malade ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de la situation financière des autres membres de votre famille ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de votre propre situation financière ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
du cheminement vers le établissement du membre de votre famille qui est malade ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
du cheminement vers le rétablissement des autres membres de votre famille ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
de votre propre cheminement vers le rétablissement ?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10