

Questionnaire des sensations corporelles (BSQ)

Le Questionnaire des Sensations Corporelles (BSQ) est un outil conçu pour mesurer l'intensité et la fréquence des sensations corporelles que les individus associent à l'anxiété. Il évalue les peurs somatiques souvent observées chez les patients souffrant de troubles paniques et d'autres troubles anxieux.

Nombre de questions	17 questions
Durée estimée	4 minutes
Langue	Français
Nom original	Body Sensations Questionnaire
Public cible	Adultes
Auteurs	David L. Chambless (1984)
Catégorie	Anxiété

Aperçu des 17 questions

Veuillez indiquer à quel point vous avez peur de cette sensation :

Palpitations cardiaques

Pas du tout effrayé | Quelque peu effrayé | Modérément effrayé | Très effrayé | Extrêmement effrayé

Veuillez indiquer à quel point vous avez peur de cette sensation :

Pression ou sensation de lourdeur dans la poitrine

Pas du tout effrayé | Quelque peu effrayé | Modérément effrayé | Très effrayé | Extrêmement effrayé

Veuillez indiquer à quel point vous avez peur de cette sensation :

Engourdissement dans les bras ou les jambes

Pas du tout effrayé | Quelque peu effrayé | Modérément effrayé | Très effrayé | Extrêmement effrayé

Veuillez indiquer à quel point vous avez peur de cette sensation :

Picotements dans le bout des doigts

Pas du tout effrayé | Quelque peu effrayé | Modérément effrayé | Très effrayé | Extrêmement effrayé

Veuillez indiquer à quel point vous avez peur de cette sensation :

Engourdissement dans une autre partie du corps

Pas du tout effrayé | Quelque peu effrayé | Modérément effrayé | Très effrayé | Extrêmement effrayé

Le questionnaire complet (17 questions) se fait passer en ligne sur Mentaal.

Faites passer ce questionnaire en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org

Cotations & interprétations

Cotation automatique avec Mentaal

Les résultats cotés vous seront envoyés automatiquement dès que votre patient aura complété le questionnaire. Voici un exemple :

Cotation

Score : 31/68

Chaque item est noté sur une échelle de Likert (De 0 à 4). Les scores élevés indiquent une plus grande sensibilité aux sensations corporelles anxiogènes. Les résultats peuvent être utilisés pour identifier des cibles thérapeutiques spécifiques ou pour suivre les changements au cours du traitement.