SHAPS

# Échelle de plaisir de Snaith-Hamilton (SHAPS)

La SHAPS est un questionnaire bref d'auto-évaluation de l'anhédonie, conçu pour estimer la capacité à éprouver du plaisir dans des situations ordinaires de la vie quotidienne. Ses 14 items explorent quatre grands domaines, les intérêts et loisirs, les interactions sociales, les expériences sensorielles, ainsi que l'alimentation et les boissons. L'outil est apprécié pour sa simplicité, sa bonne acceptabilité clinique et sa relative sensibilité aux variations de l'état actuel, ce qui le rend utile pour le repérage de l'anhédonie et le suivi de son évolution chez des patients présentant notamment un épisode dépressif, un trouble bipolaire, une schizophrénie ou d'autres tableaux cliniques où la perte de plaisir est centrale.

| | |
|---|---|
| Nombre de questions | 14 questions |
| Durée estimée | 3 minutes |
| Langue | Français |
| Nom original | Snaith-Hamilton Pleasure Scale |
| Public cible | Adolescents et adultes |
| Auteurs | R. P. Snaith, M. Hamilton, S. Morley, A. Humayan, D. Hargreaves, P. Trigwell (1995) |
| Catégorie | Dépression, Troubles de l'humeur |

## Aperçu des 14 questions

Au cours des derniers jours :

**J'apprécierais mon émission de télévision ou de radio préférée**

Pas du tout d'accord | Pas d'accord | D'accord | Tout à fait d'accord

Au cours des derniers jours :

**J'apprécierais d'être avec ma famille ou mes amis proches**

Tout à fait d'accord | D'accord | Pas d'accord | Pas du tout d'accord

Au cours des derniers jours :

Je prendrais plaisir à mes loisirs et à mes passe-temps

Pas du tout d'accord | Pas d'accord | D'accord | Tout à fait d'accord

Au cours des derniers jours :

Je serais capable d'apprécier mon plat préféré

Tout à fait d'accord | D'accord | Pas d'accord | Pas du tout d'accord

Au cours des derniers jours :

J'apprécierais un bain chaud ou une douche rafraîchissante

Tout à fait d'accord | D'accord | Pas d'accord | Pas du tout d'accord

## Cotations & interprétations

Chaque item propose 4 réponses allant de l'accord fort au désaccord fort. Dans la cotation originale la plus utilisée, les réponses d'accord sont cotées 0 et les réponses de désaccord 1, pour un score total de 0 à 14. Un score plus élevé indique une anhédonie plus marquée. En pratique, un total de 0 à 2 est généralement considéré comme dans la norme, tandis qu'un score de 3 ou plus suggère une diminution cliniquement significative de la capacité de plaisir. Certaines études utilisent une somme Likert sur 4 points, mais l'interprétation doit alors se faire avec les normes propres à cette méthode.