

## Questionnaire sur la Qualité de Vie des Personnes Atteintes d'un Trouble Bipolaire (QdVTB)

Les énoncés de ce questionnaire portent sur une variété d'expériences, de comportements et d'émotions liés à la qualité de vie. Veuillez nous décrire votre qualité de vie en indiquant dans quelle mesure vous êtes d'accord avec chacun des énoncés ci-dessous. Encercliez le chiffre qui correspond le mieux à votre situation au cours des *7 derniers jours*. Ne vous attardez pas trop sur chaque énoncé, c'est votre première impression qui nous intéresse.

Au cours des 7 derniers jours...		Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Ni d'accord ni en désaccord	D'accord	Tout à fait d'accord
1	J'ai eu suffisamment d'énergie	1	2	3	4	5
2	J'ai fait suffisamment d'exercice physique	1	2	3	4	5
3	Je me suis senti(e) bien physiquement	1	2	3	4	5
4	J'ai été satisfait(e) de ma vie sexuelle	1	2	3	4	5
5	Je me suis réveillé(e) frais (fraîche) et dispos(e)	1	2	3	4	5
6	Je n'ai pas eu de difficulté à me lever le matin	1	2	3	4	5
7	J'ai dormi suffisamment	1	2	3	4	5
8	Je me suis endormi(e) et réveillé(e) à des heures régulières	1	2	3	4	5
9	Je me suis senti(e) heureux(se)	1	2	3	4	5
10	J'ai pris plaisir autant que d'habitude aux choses	1	2	3	4	5
11	Je me suis senti(e) capable de faire face aux difficultés	1	2	3	4	5
12	Je me suis senti(e) émotionnellement stable	1	2	3	4	5
13	J'ai eu les idées claires	1	2	3	4	5
14	J'ai eu une bonne concentration	1	2	3	4	5
15	Je n'ai pas eu de problèmes de mémoires	1	2	3	4	5
16	Je n'ai pas eu de difficulté à planifier mes activités	1	2	3	4	5
17	J'ai aimé pratiquer mes activités de loisirs	1	2	3	4	5
18	J'ai eu de l'intérêt pour mes activités de loisirs	1	2	3	4	5
19	J'ai eu du plaisir pendant mes activités de loisirs	1	2	3	4	5
20	J'ai exprimé ma créativité	1	2	3	4	5
21	J'ai aimé passer du temps avec d'autres personnes	1	2	3	4	5
22	J'ai eu de l'intérêt pour mes relations sociales	1	2	3	4	5
23	J'ai eu des amitiés authentiques	1	2	3	4	5
24	J'ai été capable de parler de mes émotions ou de mes problèmes à un(e) ami(e)	1	2	3	4	5
25	J'ai été satisfait(e) de l'aspect spirituel ma vie	1	2	3	4	5
26	J'ai exprimé ma spiritualité comme je le voulais	1	2	3	4	5
27	J'ai pratiqué ma spiritualité comme je le voulais	1	2	3	4	5
28	J'ai conservé mes habitudes quant à ma vie spirituelle	1	2	3	4	5
29	J'ai eu suffisamment d'argent pour satisfaire mes besoins essentiels	1	2	3	4	5
30	J'ai eu suffisamment d'argent pour me permettre des petits extras	1	2	3	4	5
31	Je me suis senti(e) en confiance par rapport à ma situation financière actuelle	1	2	3	4	5
32	Je n'ai pas eu de problèmes de dette	1	2	3	4	5

Au cours des 7 derniers jours...		Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Ni d'accord ni en désaccord	D'accord	Tout à fait d'accord
33	J'ai fait mes tâches ménagères quotidiennes	1	2	3	4	5
34	J'étais bien organisé(e) à la maison	1	2	3	4	5
35	J'ai gardé ma maison bien rangée	1	2	3	4	5
36	J'ai gardé ma maison propre	1	2	3	4	5
37	Je me suis senti(e) respectée	1	2	3	4	5
38	Je me suis senti(e) accepté(e) par les autres	1	2	3	4	5
39	J'ai senti que j'avais autant de valeur que les autres	1	2	3	4	5
40	Je me suis senti(e) capable de faire face aux préjugés	1	2	3	4	5
41	J'ai ressenti un sentiment de liberté	1	2	3	4	5
42	Je me suis senti(e) en sécurité chez moi	1	2	3	4	5
43	Je me suis déplacé librement (p.ex., en voiture, par les transports en commun)	1	2	3	4	5
44	J'ai senti que les autres me laissaient mon autonomie	1	2	3	4	5
45	J'ai eu un fort sentiment d'identité personnelle	1	2	3	4	5
46	J'ai eu un sentiment stable de qui je suis vraiment	1	2	3	4	5
47	Je savais clairement ce que je voulais et ne voulais pas	1	2	3	4	5
48	J'ai eu le contrôle sur ma vie	1	2	3	4	5
Avez-vous actuellement un travail rémunéré ou un travail bénévole, quel qu'il soit?		Veuillez encerclez: Oui Non				
Si la réponse est oui:						
49	J'ai confiance en mes capacités au travail	1	2	3	4	5
50	J'ai répondu aux exigences au travail	1	2	3	4	5
51	J'ai été satisfait(e) de la qualité de mon travail	1	2	3	4	5
52	J'ai été fiable au travail	1	2	3	4	5
Suivez-vous actuellement des activités de formation, quelles qu'elles soient?		Veuillez encerclez: Oui Non				
Si la réponse est oui:						
53	J'ai bien aimé mes activités de formation	1	2	3	4	5
54	J'ai eu confiance que je pouvais terminer mes activités de formation	1	2	3	4	5
55	J'ai eu des résultats à la hauteur des mes standards habituels dans mes activités de formation	1	2	3	4	5
56	J'ai bien organisé mes activités de formation	1	2	3	4	5