

Echelle révisée d'impact d'événement traumatisant (IES) ou échelle d'Horowitz

Cette échelle, qui se présente sous la forme d'un auto-questionnaire de quinze items, étudie les conséquences semi-retardées et retardées d'un événement stressant. Elle étudie deux grands éléments importants du diagnostic d'état de stress post-traumatique : les souvenirs répétitifs (items 1, 4, 6, 10, 11, 14 pour les phénomènes d'intrusion des souvenirs) et les évitements persistants (items 2, 3, 7, 8, 9, 12, 13, 15).

Echelle révisée d'impact d'événement stressant (IES) (d'après M. Horowitz et al)

Le _____, vous avez vécu un événement stressant. Ci dessous, voici une liste de commentaires faits par des personnes ayant vécu, elles aussi, un événement stressant. Complétez, s'il vous plait, chaque proposition en indiquant à quelle fréquence ces commentaires ont été vrais pour vous au cours des sept derniers jours. S'ils ne se sont pas produits au cours de cette période, cochez la case « pas du tout ».

Impact d'un évènement	Fréquence			
	pas du tout	rarement	parfois	souvent
1. j'y ai pensé sans le vouloir	0	1	2	3
2. j'évitais de me laisser troubler quand j'y pensais ou que quelque chose me le rappelait	0	1	2	3
3. j'ai essayé de chasser cet évènement de ma mémoire	0	1	2	3
4. j'ai eu du mal à m'endormir ou à rester endormi à cause d'images ou de pensées qui me revenait à l'esprit	0	1	2	3
5. par moment, les sentiments forts que j'avais éprouvé à propos de cet évènement remontaient ne moi	0	1	2	3
6. j'ai rêvé de cet évènement	0	1	2	3
7. je me suis tenu à l'écart de ce qui pouvait me rappeler cet évènement	0	1	2	3
8. j'ai eu l'impression que ce n'était pas arrivé ou que ce n'était pas vrai	0	1	2	3
9. j'ai essayé de ne pas en parler	0	1	2	3
10. des images de cet évènement m'ont traversé l'esprit	0	1	2	3
11. d'autres choses ont continué à me faire penser à cet évènement	0	1	2	3
12. alors que j'éprouvais encore, au sujet de cet évènement, une foule de sentiments, je m'efforçais de ne pas y prêter attention	0	1	2	3
13. j'ai essayé de ne pas penser à cet évènement	0	1	2	3
14. tout ce qui me rappelait cet évènement faisait remonter en moi les sentiments que j'avais éprouvé	0	1	2	3
15. les sentiments que j'éprouvais à propos de cet évènement étaient comme engourdis	0	1	2	3
Total sur 45				