

Inventaire de Dépression de Goldberg

Pour chacun des groupes d'énoncés suivants, indiquez celui qui décrit le mieux votre état actuel en prenant note des remarques précédentes.

J'ai fait tout lentement.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Mon avenir m'est apparu sans espoir.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

J'ai éprouvé des difficultés à me concentrer lorsque je lisais.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Toute joie et tout plaisir m'ont semblé avoir disparu de ma vie.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

J'ai éprouvé des difficultés à prendre des décisions.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

J'ai perdu de l'intérêt pour des choses qui étaient importante pour moi.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Je me suis senti triste, déprimé et malheureux.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

J'ai été agité et je ne suis arrivé pas à me détendre.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Je me suis senti fatigué.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

J'ai trouvé qu'il était difficile de faire des choses ou même d'essayer.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Je me suis senti coupable et j'ai eu l'impression d'une punition méritée.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

J'ai eu l'impression d'être bloqué(e).

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Je me suis senti vide - plus mort(e) que vif(ve).

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Mon sommeil a été perturbé.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Je me suis demandé COMMENT je pouvais bien me suicider.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Je me sens empêché, enchainé.

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Je me sens d'humeur morose même s'il m'arrive quelque chose de bien

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

J'ai pris ou perdu du poids sans raison apparente (régime, restos...)

0. Pas du tout.
1. Un tout petit peu.
2. Un peu.
3. Modérément.
4. Plutôt pas mal.
5. Beaucoup.

Interprétation de l'inventaire de Dépression de GOLDBERG :

54 -> 90 :	Dépression sévère
36 -> 53 :	Dépression moyenne à sévère
22 -> 35 :	Dépression modérée à moyenne
18 -> 21 :	Proche de la dépression
10 -> 17 :	Probablement une déprime
00 -> 09 :	Probablement pas de dépression.

Il faut vous souvenir que ceci n'est aucunement un diagnostic et si vous pensez souffrir d'un trouble de l'humeur ou avez l'impression de vous faire du mal, veuillez chercher de l'aide auprès d'une professionnel de la santé.

Références :

- Goldberg, D.P. (1979). Manual of the General Health Questionnaire. Windsor: NFER Publishing Co.
- Goldberg, D.P., & Hillier, V.F. (1979). A scaled version of the General Health Questionnaire. *Psychological Medicine*, 9, 139-145.
- Bettschart, W., Plancherel, B., Bolognini, M. (1991). Validation du questionnaire de Goldberg (General Health Questionnaire, GHQ) dans un échantillon de population âgée de 20 ans. *Psychologie médicale*, 23(9), 1059-1064.