

*Questionnaire des cognitions agoraphobiques de Chambless, 1984*

« Chaque fois que je ressens de l'angoisse ou de l'anxiété il m'arrive de penser que ... »

	1	2	3	4	5
	Jamais	Parfois	Souvent	Très souvent	Tout le temps
Je vais vomir					
Je vais m'évanouir					
Je dois avoir une tumeur cérébrale					
Je vais faire une crise cardiaque					
Je vais mourir d'étouffement					
Je vais agir de manière ridicule					
Je vais devenir aveugle					
Je vais perdre le contrôle de moi					
Je vais faire du mal à quelqu'un					
Je vais faire une attaque cérébrale					
Je vais devenir fou (folle)					
Je vais me mettre à hurler					
Je vais me mettre à bafouiller ou parler bizarrement					
Je serai paralysé(e) par la peur					

**Lorsque votre anxiété augmente, dans quelle mesure ressentait vous les sensations suivantes ?**

	Pas du tout	Un peu	Modérée	Intense	Très intense
	0	1	2	3	4
Douleurs musculaires					
Faiblesse					
Sueurs					
Ecoulement nasal					
Tremblements					
Somnolence					
Extrémités engourdis					
Bouche sèche					
Impression d'irréalité					
Cœur accéléré					
Nausées					
Piqûre					
Appréhension					
Malheur					
Secouement					
Oreille douloureuse					
Anxiété					
Etouffement					
Maux de tête					
Tension					
Evanouissement					
Picotements					
Aiguilles					
Extrémités froides					
Vertiges					
Muscles contractés					
Souffle coupé					
Autres (à préciser)					