

Echelles Troubles du Sommeil

Date

Nom et Prénom

Age :

Sexe

Questionnaire complété par : la mère le père les deux

CONNERS

Entourez le chiffre qui correspond à votre enfant :

0 = pas du tout

1 = un petit peu

2 = beaucoup

3 = énormément

Agité ou très actif	0	1	2	3
Nerveux, impulsif	0	1	2	3
Ne fait pas ce qu'il/elle a commencé, attention de courte durée	0	1	2	3
Toujours remuant	0	1	2	3
Perturbe les autres enfants	0	1	2	3
Inattentif, facilement distrait	0	1	2	3
Ses demandes doivent être immédiatement satisfaites, facilement frustré	0	1	2	3
Pleure souvent et facilement	0	1	2	3
Changements d'humeur rapides et marqués	0	1	2	3
Accès de colère, comportement explosif et imprévisible	0	1	2	3

Score :

.....

Echelle de somnolence adaptée à l'enfant et à l'adolescent

Il se peut que tu aies envie de dormir dans la journée. Si c'est le cas dans l'une des situations suivantes, entoure le chiffre qui correspond à ce que tu ressens :

0 = jamais envie de dormir

1 = parfois envie de dormir

2 = souvent envie de dormir

3 = toujours envie de dormir

Assis au calme quand tu lis, tu dessines ou quand tu écris	0	1	2	3
En regardant la télévision	0	1	2	3
En jouant seul au jeux vidéo sur un écran (téléphone, tablette, console ...)	0	1	2	3
En jouant dehors avec tes amis ou quand tu fais du sport	0	1	2	3
Dans la voiture ou le train qui roule depuis plus d'1 heure	0	1	2	3
En classe le matin	0	1	2	3
En classe après le repas de midi	0	1	2	3
A la récréation	0	1	2	3
Le week-end si tu t'allonges pour te reposer	0	1	2	3
Le matin quand tu te réveilles	0	1	2	3

Score :

.....