

# QUESTIONNAIRE EN PSYCHOMOTRICITE

## IMPACT DE LA DOULEUR DANS LA PERCEPTION DU CORPS

&

## ET LA PRISE EN CHARGE DE LA FIBROMYALGIE



### Informations générales

Sexe :

Age :

Situation familiale :

## La Douleur

- ✚ Quand vos douleurs sont-elles apparues ?
  
- ✚ Ont-elles été déclenchées par un événement particulier dans votre vie?
  
- ✚ Quand avez-vous été diagnostiqué ?
  
- ✚ Evaluer votre douleur au quotidien sur une échelle de 1 à 10 :
  
- ✚ Evaluer votre douleur à cet instant sur une échelle de 1 à 10 :
  
- ✚ Quelles sont vos douleurs les plus fréquentes ? Localisez-les :
  
- ✚ Décrire succinctement ce qui aggrave vos douleurs et comment le ressentez-vous ?  
Par exemple le froid, l'humidité...
  
- ✚ Décrivez ce qui les apaise ?
  
- ✚ Vos douleurs sont-elles différentes de jour et de nuit ?

+ Vos douleurs s'aggravent-elles avec le stress, les préoccupations, les émotions, le mauvais sommeil ?

+ Avez-vous d'autres signes cliniques associés : si oui précisez :

+ Décrivez votre attitude face aux douleurs :

## **Impact de la douleur sur votre quotidien**

+ La douleur handicape-t-elle votre quotidien ?

+ Exercez-vous une activité professionnelle ?

+ Pratiquez-vous une activité sportive ? Avez-vous des loisirs ?

+ Sentez-vous un impact de la maladie sur vos relations sociales ?

## **La perception de votre corps**

+ Comment percevez-vous votre corps ?

+ Quelle partie de votre corps est la plus présente pour vous?

+ Voulez-vous renouer avec votre corps ?

+ Sentez-vous que votre corps a changé ?

+ Eprenez-vous du plaisir dans votre corps ? Ou bien toutes les expériences corporelles sont synonymes de douleur ?

+ Qu'entendez-vous par « lâcher prise » ?

+ Arrivez-vous à lâcher prise ?

**Pouvez-vous vous dessinez tel que vous percevez votre corps ? (si possibilité)**

## **La psychomotricité et autres prises en charge**

- ✚ Connaissez-vous la psychomotricité ?
  
- ✚ Connaissez-vous la Relaxation de G.B Soubiran ?
  
- ✚ Si oui décrivez les bienfaits ? Les limites ?
  
- ✚ Si non souhaitez-vous la connaître un peu plus ?

## Autres prises en charge

- + Quelles méthodes avez-vous utilisé pour soulager votre douleur : sophrologie, relaxation, TTC, balnéothérapie...
  
- + Quel a été l'apport des Techniques Cognitivo-Comportementales (TCC) dans votre quotidien ?
  
- + Quelle méthode de relaxation avez-vous essayé ? Et pourquoi ?
  
- + Décrivez-en les bienfaits et les limites ?
  
- + Que pensez-vous de vos prises en charge jusqu'à présent ?
  
- + Qu'attendez-vous d'une prise en charge ?
  
- + Bénéficiez-vous d'aide pour le handicap ?
  
- + Votre maladie est-elle reconnue ?

**VOS COMMENTAIRES**