

Penn State Worry Inventory

	Pas du tout correspondant	Un peu correspondant	Assez correspondant	Très correspondant	Extrêmement correspondant
Si je n'ai pas assez de temps pour tout faire, je ne m'inquiète pas.	5	4	3	2	1
Mes inquiétudes me submergent.	1	2	3	4	5
Je n'ai pas tendance à m'inquiéter à propos des choses.	5	4	3	2	1
Plusieurs situations m'amènent à m'inquiéter.	1	2	3	4	5
Je sais que je ne devrais pas m'inquiéter mais je n'y peux rien.	1	2	3	4	5
Quand je suis sous pression, je m'inquiète beaucoup.	1	2	3	4	5
Je m'inquiète continuellement à propos de tout.	1	2	3	4	5
Il m'est facile de me débarrasser de pensées inquiétantes.	5	4	3	2	1
Aussitôt que j'ai fini une tâche, je commence immédiatement à m'inquiéter au sujet de toutes les autres choses que j'ai encore à faire.	1	2	3	4	5
Je ne m'inquiète jamais.	5	4	3	2	1
Quand je n'ai plus rien à faire au sujet d'un tracas, je ne m'en inquiète plus.	5	4	3	2	1
J'ai été inquiet tout au long de ma vie.	1	2	3	4	5
Je remarque que je m'inquiète pour certains sujets.	1	2	3	4	5
Quand je commence à m'inquiéter, je ne peux pas m'arrêter.	1	2	3	4	5
Je m'inquiète tout le temps.	1	2	3	4	5
Je m'inquiète au sujet de mes projets jusqu'à ce qu'ils soient complétés.	1	2	3	4	5