Fiche journalière d`auto-observance **Mois_____** **Nom/Prénom_____**

2012	**Journée**		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Sommeil	L`heure de coucher (de la nuit précédente)																
	L`heure de réveil																
	Total heures de sommeil/jour																
	Qualité du sommeil : B,M,A (Bon, **A**cceptable, **M**auvais)																
SCORE ECHELLE HYPO/MANIE DE GOLDBERG :																	
HUMEUR POSITIVE PATHOLOGIQUE	Elevée	3															
	Moyenne	2															
	Légèrement élevée, sentiment de bien-être (pathologique !)	1															
HUMEUR NORMALE	Normale, ni élevée ni dépressive	0															
HUMEUR DEPRESSIVE PATHOLOGIQUE	Déprimée, tristesse	-1															
	Dépressive	-2															
	Grande dépression	-3															
SCORE ECHELLE DEPRESSION DE GOLDBERG :																	
Irritabilité 0= non, 1=légère 2=moyenne, 3=sévère		0-3															
Anxiété 0= non, 1=légère 2=moyenne, 3=sévère		0-3															
Libido	0= non, 1=légère 2=élevé	0-2															
Noter le jour du cycle menstruel																	
Symptômes psychotiques, idées bizarres, hallucinations		Oui non															
Prodrome 1																	
Prodrome 2																	

Fiche journalière d`auto-observance **Mois_____** **Nom/Prénom_____**

2012	Journée		16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Sommeil	L`heure de coucher (de la nuit précédente)																	
	L`heure de réveil																	
	Total heures de sommeil/jour																	
	Qualité du sommeil : B,M,A (Bon, **A**cceptable, **M**auvais)																	
SCORE ECHELLE HYPO/MANIE DE GOLDBERG :																		
HUMEUR POSITIVE PATHOLOGIQUE	Elevée	3																
	Moyenne	2																
	Légèrement élevée, sentiment de bien-être (pathologique !)	1																
HUMEUR NORMALE, banale (ni excitée, ni dépressive)		0																
HUMEUR DEPRESSIVE PATHOLOGIQUE	Déprimée, tristesse	-1																
	Dépressive	-2																
	Grande dépression	-3																
SCORE ECHELLE DEPRESSION DE GOLDBERG :																		
Irritabilité 0= non, 1=légère 2=moyenne, 3=sévère		0-3																
Anxiété 0= non, 1=légère 2=moyenne, 3=sévère		0-3																
Libido	0= non, 1=légère 2=élevé	0-2																
Noter le jour du cycle menstruel																		
Symptômes psychotiques, idées bizarres, hallucinations		Oui non																
Prodrome 1																		
Prodrome 2																		