

Thème	Question	Jamais	Parfois	Souvent	Toujours
Flanage					
	Arrachez-vous quand vous lisez ?	0	1	2	3
	Arrachez-vous quand vous regardez la télé ou parlez au téléphone?	0	1	2	3
	Arrachez-vous quand vous ne faites rien ou êtes assise dans la voiture ?	0	1	2	3
Sensation					
	Arrachez-vous quand votre cuir chevelu est sensible ou quand vous avez des démangeaisons ?	0	1	2	3
	Arrachez-vous quand vos cheveux (ou poils) touchent votre bouche, visage ou main ?	0	1	2	3
	Arrachez-vous parce que c'est une sensation agréable ?	0	1	2	3
Habitude					
	Réalisez-vous quand vous vous arrachez les poils ?	0	1	2	3
	Réalisez-vous quand vos mains sont dans vos cheveux ou près des poils que vous arrachez ?	0	1	2	3
	Faites-vous toujours le même mouvement, les mêmes rituels ?	0	1	2	3
Environnement					
	Arrachez-vous dans certains lieux ou pièces ?	0	1	2	3
	Arrachez-vous devant le miroir ou avec des pinces à épiler ?	0	1	2	3
	Arrachez-vous quand vous êtes assise à un endroit en particulier ?	0	1	2	3
Emotion					
	Arrachez-vous quand vous êtes stressés ?	0	1	2	3
	Arrachez-vous quand vous êtes excités ou heureux ?	0	1	2	3
	Arrachez-vous quand vous êtes en colère, fatigués ou que vous vous ennuyez ?	0	1	2	3
Perfectionnisme					
	Arrachez-vous les poils qui sont d'une autre couleur ou texture ?	0	1	2	3
	Arrachez-vous quand les choses sont en désordre autour de vous ?	3	2	1	0
	Arrachez-vous davantage quand vous tentez d'arrêter d'arracher ou que vous visez une rémission ?	3	2	1	0