

## Répertoire des impacts fonctionnels (RIF)

### INSTRUCTIONS

- *Cette cueillette d'information vise à favoriser la discussion concernant les impacts associés à la problématique pour laquelle la personne concernée consulte afin de cibler les stratégies à privilégier.*
- *Ce questionnaire n'a pas fait l'objet de recherche normative.*
- *Il est préférable d'avoir le point de vue de la personne qui consulte et de gens qui la connaissent bien. Dans ce contexte, ce questionnaire peut être rempli soit par la personne elle-même, soit par un proche.*
- *Votre opinion est importante. Il n'y a pas de bonnes ou mauvaises réponses. Si vous n'êtes pas certain(e), choisissez la première réponse qui vous vient à l'esprit. Chaque item est moins important que le portrait global.*
- *En tenant compte du niveau de fonctionnement attendu selon l'âge et de la situation de vie de la personne concernée, veuillez **cocher les items pour lesquels vous notez un degré d'impact significatif** associé aux manifestations physiques, cognitives, émotionnelles et comportementales liées à la problématique pour laquelle la personne consulte.*

*Note : Il est possible que certains items ne correspondent pas à la situation de la personne. Si tel est le cas, ne pas tenir compte de cet item et passer au suivant.*



## Portfolio FOCUS-IMPACTS-RIF, page 2

Date (jour-mois-année): \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

### Personne concernée

Prénom : \_\_\_\_\_ Nom : \_\_\_\_\_

Date de naissance (jour-mois-année): \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ Âge : \_\_\_\_

### Évaluateur

Personne elle-même

Proche

Prénom : \_\_\_\_\_ Nom : \_\_\_\_\_

Mère  Père  Conjoint(e)  Autre (lien) : \_\_\_\_\_

**Cochez les éléments qui entraînent un IMPACT SIGNIFICATIF en lien avec** la raison pour laquelle la personne consulte :

### ATTENTION-ORGANISATION

- Rester attentif lors de conversation ou de consignes verbales
- Rester attentif lors de la lecture
- Comprendre le sens de l'information ou des consignes
- Avoir conscience du temps
- Décortiquer la tâche/activité en étapes
- Établir un plan en organisant les étapes de la tâche/activité par priorité
- Démarrer la tâche/activité au moment opportun
- Maintenir son attention durant la tâche/activité
- Conserver sa motivation à la tâche/activité
- Suivre les consignes/le plan sans s'éparpiller
- Terminer la tâche/activité selon l'échéancier prévu
- S'éloigner des sources de distraction
- S'occuper par soi-même
- Agir de manière autonome
- Ranger et retrouver ses effets/objets/documents
- Avoir avec soi le matériel nécessaire au bon moment
- Se rappeler (tâche/activité/information/engagement)
- Effectuer la routine du matin
- Effectuer la routine du retour à la maison
- Effectuer la routine du soir
- Assurer son hygiène personnelle
- Gérer ses dépenses
- Payer ses comptes



**CLINIQUE FOCUS**

[cliniquefocus.com](http://cliniquefocus.com) / [attentiondeficit-info.com](mailto:attentiondeficit-info.com)

Développé par Clinique FOCUS sous la coordination de Dre Annick Vincent;  
révision mai 2020

*Droits réservés. Autorisation de reproduction pour usage non commercial seulement.*

## Portfolio FOCUS-IMPACTS-RIF, page 3

### MODES DE VIE

- Adopter des horaires réguliers (ex. : repas et sommeil)
- Manger sainement
- Avoir un sommeil récupérateur
- Être reposé
- Avoir du temps pour soi
- Pratiquer une activité physique régulièrement
- Utiliser les écrans sans excès  
(Ex. : télévision, films, séries, vidéos, internet, réseaux sociaux, jeux électroniques)
- Porter attention à la consommation de substances nocives  
(Ex. : nicotine, caféine, alcool, drogues)
- Prendre sa médication telle que prescrite
- Effectuer les démarches pour recevoir des soins pour sa santé  
(Ex. : prendre RV et s'y présenter)
- Suivre les recommandations des professionnels consultés

### GESTION DE SOI ET RELATIONS INTERPERSONNELLES

- Ressentir du plaisir
- Gérer le stress
- Tolérer l'inconfort associé aux frustrations
- Être en contrôle de ses émotions
- Avoir une bonne estime de soi
- Être satisfait de sa vie
- Tolérer l'attente (être patient)
- Respecter le tour de parole
- Réfléchir avant d'agir (freiner l'impulsivité)
- Agir prudemment en général
- Éviter les blessures accidentelles
- Conduire prudemment (ex. : vélo, scooter, automobile)
- Vivre une sexualité satisfaisante
- Avoir une conduite sexuelle responsable
- Bouger sans déranger les personnes autour de soi
- Respecter les consignes à la maison
- Respecter les consignes à l'extérieur de la maison
- Respecter les règles sociales
- Respecter les figures d'autorité  
(Ex. : parents, direction école, superviseurs, représentants de la justice)
- Régler les situations sociales conflictuelles
- Avoir des relations harmonieuses avec sa famille (parents-fratrie)
- Avoir des relations harmonieuses avec sa conjointe / son conjoint
- Avoir des relations harmonieuses avec ses amis et ses pairs  
(Ex. : autres jeunes, élèves, étudiants, collègues, réseau social élargi)
- Performer à la hauteur de son potentiel



Les impacts répertoriés entraînent des difficultés significatives dans les **SPHÈRES DE VIE** suivantes :

- Vie quotidienne
- Vie familiale ou de couple
- Vie sociale
- Vie académique ou professionnelle
- Santé / intégrité physique ou psychologique
- Respect des lois (arrestation-judiciarisation)

**Commentaires - Observations**

**Points positifs / forces:**

**Défis :**

