

# QUESTIONNAIRE SUR LA CODEPENDANCE (CdQ)

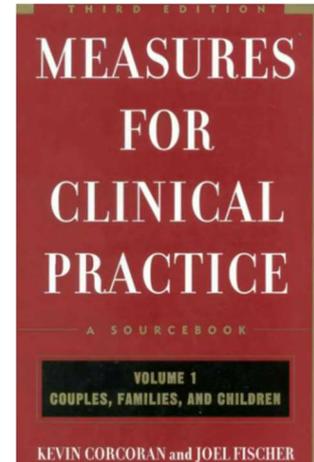
CODEPENDENT QUESTIONNAIRE (Patricia V. Roehling and Eva Gaumond, 1996)

AUTEURS : Patricia V. Roehling et Eva Gaumond

OBJECTIF : mesurer la codépendance

DESCRIPTION : Le CdQ est un instrument de 36 questions conçu pour mesurer la codépendance dans les familles dont au moins un membre souffre d'un trouble psychologique tel que l'abus d'alcool. Le CdQ a été conçu pour mesurer quatre caractéristiques essentielles de la codépendance, à savoir :

- la responsabilité (assumer la responsabilité de répondre aux besoins des autres à l'exclusion de la reconnaissance de ses propres besoins),
- le contrôle (investissement continu dans l'estime de soi et la capacité d'influencer et/ou de contrôler les sentiments et les comportements chez soi et chez les autres face à des conséquences négatives évidentes),
- l'enchevêtrement (« enmeshment » : enchevêtrement dans des relations avec des personnes souffrant de troubles de la personnalité, de toxicomanie ou de troubles des impulsions)
- et l'intimité (anxiété et distorsions des limites dans des situations d'intimité et de séparation).



Le CdQ permet aux praticiens d'évaluer la codépendance, d'établir un lien entre la codépendance et d'autres troubles éventuels et de suivre les progrès réalisés dans le traitement de la codépendance.

Normes : Le CdQ a été élaboré dans le cadre de deux études. La première étude a été menée auprès de 48 étudiants en psychologie de premier cycle, dont 37 femmes, toutes de race blanche. L'âge moyen de ce groupe était de 21 ans. La seconde étude a été menée auprès de 42 clients recevant une psychothérapie dans une clinique externe privée ; 33 étaient des femmes, 9 des hommes. L'âge moyen des clients était de 38 ans, avec une fourchette de 23 à 63 ans. Les normes réelles n'ont pas été fournies.

Échelle : Le CdQ comporte quatre sous-échelles : intimité (items 1, 10, 12, 17, 21, 22, 24, 30, 32 et 35), contrôle (items 2, 4, 7, 16, 18, 25, 26, 27, 29 et 34), responsabilité (items 3, 5, 6, 8, 11, 14, 15, 19 et 28) et enchevêtrement (items 9, 13, 20, 23, 31, 33 et 36). Les scores du CdQ et des sous-échelles sont obtenus en additionnant simplement les scores individuels de l'échelle totale ou des sous-échelles, après avoir inversé les scores des items 9, 18, 27 et 30.

Les scores totaux vont de 36 à 180, les scores les plus élevés indiquant une plus grande codépendance.

FIABILITÉ : Le CdQ présente une bonne cohérence interne avec un alpha global de 0,85 pour l'échelle totale ; les alphas des sous-échelles sont plus faibles, allant de 0,50 pour l'intimité à 0,77 pour la responsabilité. Le CdQ présente une très bonne fiabilité test-retest, avec une fiabilité test-retest sur trois semaines de 0,80 pour l'échelle totale et une fiabilité test-retest sur trois semaines allant de 0,46 pour le contrôle à 0,85 pour la responsabilité.

VALIDITÉ : Le CdQ a une bonne validité liée au critère, les scores des clients au CdQ étant en corrélation significative avec les évaluations des thérapeutes de la codépendance pour l'échelle totale ainsi que pour toutes les sous-échelles. Le CdQ fait également preuve d'une bonne validité concomitante sur la base d'un certain nombre de corrélations significatives entre le score global du CdQ, les scores des sous-échelles et plusieurs items de l'Inventaire clinique multiaxial de Miloon.

RÉFÉRENCE PRIMAIRE : Roehling, P. V. et Gaumond, E., (1996). Reliability and validity of the codependent questionnaire, *Alcoholism Treatment Quarterly*, 14, 85-95.

DISPONIBILITÉ : P.V. Roehling, Ph.D., Cornell University, Cornell Careers Institute, G21, MVR Hall, Ithaca, NY, 14853-4401.

# CdQ

Veillez indiquer sur une échelle de 1 à 5 dans quelle mesure les affirmations suivantes correspondent à vos sentiments :

- 1= Je ne ressens jamais cela
- 2= Je ressens rarement cela
- 3= Il m'arrive de ressentir cela
- 4= Je me sens souvent comme ça
- 5= Je me sens toujours comme ça

Notez vos réponses dans l'espace situé à gauche de la phrase.

- \_\_\_ 1. Je ressens souvent des sentiments qui s'accumulent en moi et que je n'exprime pas.
- \_\_\_ 2. Lorsque je ne suis pas en mesure d'aider quelqu'un, je ne me sens pas à la hauteur.
- \_\_\_ 3. J'ai tendance à faire passer les besoins des autres avant les miens.
- \_\_\_ 4. Je me mets en colère lorsque les choses ne se passent pas comme je le souhaite.
- \_\_\_ 5. Je pense que les autres profitent de moi.
- \_\_\_ 6. Je ne sais pas ce que j'attends des autres.
- \_\_\_ 7. J'ai l'impression que sans mes efforts et mon attention, tout s'écroulerait.
- \_\_\_ 8. Je pense que c'est de ma faute si quelqu'un se met en colère ou est contrarié.
- \_\_\_ 9. Il m'est facile de dire non aux autres.
- \_\_\_ 10. Je me sens mal à l'aise lorsque je partage mes sentiments avec les autres.
- \_\_\_ 11. J'essaie de faire plaisir aux autres.
- \_\_\_ 12. Lorsque je ne suis pas intimement lié à quelqu'un, je me sens inutile.
- \_\_\_ 13. J'éprouve une grande satisfaction à aider les autres.
- \_\_\_ 14. Les gens ne m'aimeront pas si je leur parle de mes problèmes.
- \_\_\_ 15. Même avec de bons amis, j'ai peur qu'un jour ils me rejettent.
- \_\_\_ 16. Je me sens souvent déprimé, même quand tout va bien.
- \_\_\_ 17. J'ai tendance soit à aimer vraiment une personne, soit à la détester vraiment.
- \_\_\_ 18. En général, je ne me soucie pas de ce que les autres pensent de moi.
- \_\_\_ 19. Je n'hésite pas à laisser les autres entrer dans ma vie et à leur révéler le "vrai moi".
- \_\_\_ 20. J'ai tendance à m'intéresser aux personnes qui ont des problèmes personnels.
- \_\_\_ 21. Je m'inquiète beaucoup de ce que les autres pensent de moi.
- \_\_\_ 22. Je suis gêné(e) lorsque des amis essaient de se rapprocher de moi.
- \_\_\_ 23. La plupart de mes amis ont de nombreux problèmes.
- \_\_\_ 24. Je suis trop sensible aux sentiments de ceux qui sont importants pour moi.
- \_\_\_ 25. Je suis très critique à l'égard de ce que je fais et de ce que je dis.
- \_\_\_ 26. Si je travaille assez dur, je devrais être capable de résoudre presque tous les problèmes ou d'améliorer les choses pour les gens.
- \_\_\_ 27. Mon humeur est assez stable et n'est pas affectée par les problèmes et les humeurs de mes proches.
- \_\_\_ 28. J'ai tendance à éviter les relations proches.
- \_\_\_ 29. Si les choses doivent être faites correctement, je dois les faire moi-même.
- \_\_\_ 30. Je suis très ouvert(e) aux autres sur mes sentiments, quels qu'ils soient.
- \_\_\_ 31. Lorsqu'il y a beaucoup d'activités autour de moi, j'ai tendance à avoir mal à la tête.
- \_\_\_ 32. Lorsque je m'intéresse de près à quelqu'un, je commence à adopter ses valeurs et ses goûts.
- \_\_\_ 33. Je me retrouve souvent au milieu d'une dispute entre d'autres personnes
- \_\_\_ 34. Quand j'étais enfant, j'avais l'impression que rien de ce que je faisais n'était assez bon
- \_\_\_ 35. Parfois, je ne sais pas ce que je ressens vraiment.
- \_\_\_ 36. La plupart de mes amis comptent sur mes conseils.