CODAT

Instrumento de Evaluación de la Codependencia (CODAT)

El CODAT es un cuestionario autoaplicado diseñado para medir los rasgos de codependencia en adultos en el marco de las relaciones cercanas. Explora en particular la tendencia a centrarse en exceso en las necesidades de los demás, el autosacrificio, el control relacional y la dificultad para reconocer o expresar los propios sentimientos. Utilizado principalmente en investigación y como complemento de la evaluación clínica, puede ayudar al profesional de la psicología a identificar patrones relacionales disfuncionales, objetivar determinadas dificultades interpersonales y seguir la evolución a lo largo del tratamiento. El CODAT no es una herramienta diagnóstica por sí sola y debe interpretarse junto con la entrevista clínica, la historia relacional y el contexto psicosocial.

Número de preguntas	25 preguntas
Duración estimada	10 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Codependency Assessment Tool
Población destinataria	Adultos
Autores	Catherine Hughes-Hammer, Donna S. Martsolf, Robert A. Zeller (1998)
Categoría	Dependencia emocional

Vista previa de las 25 preguntas

Me siento obligado/a a ayudar a otras personas a resolver sus problemas (por ejemplo, dando consejos que no me han pedido).

Rara vez | De vez en cuando | A menudo | Habitualmente | La mayor parte del tiempo

Intento controlar los acontecimientos y cómo deberían comportarse los demás.

Rara vez | De vez en cuando | A menudo | Habitualmente | La mayor parte del tiempo

Me da miedo dejar que los demás sean como son y permitir que las cosas sucedan de forma natural.

Rara vez | De vez en cuando | A menudo | Habitualmente | La mayor parte del tiempo

Siento vergüenza de quién soy.

Rara vez | De vez en cuando | A menudo | Habitualmente | La mayor parte del tiempo

Intento controlar los acontecimientos y a las personas mediante la impotencia, la culpa, la coacción, las amenazas, los consejos, la manipulación o la dominación.

Rara vez | De vez en cuando | A menudo | Habitualmente | La mayor parte del tiempo

Corrección e interpretación

Cada ítem se puntúa en una escala tipo Likert de 5 puntos. Las respuestas se suman para obtener una puntuación total, tras invertir los ítems de puntuación inversa según la versión de referencia. La puntuación total suele ir de 25 a 125; cuanto más alta es la puntuación, más marcadas son las características de codependencia. También pueden calcularse puntuaciones de subescala por dimensión según la estructura factorial publicada. No existe un punto de corte diagnóstico aceptado universalmente; la interpretación se basa principalmente en el perfil de respuestas, la comparación con datos de investigación o la evolución de la persona a lo largo del tiempo.