

Questionnaire de contrôle de l'anxiété (ACQ)

Le ACQ est un instrument d'auto-évaluation qui mesure la perception qu'a une personne de sa capacité à contrôler des événements, réponses internes et situations liés à l'anxiété. Il permet d'évaluer l'un des facteurs clefs impliqués dans le développement et le maintien des troubles anxieux, notamment le sentiment d'incapacité à agir sur son anxiété.

Nombre de questions	30 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Anxiety Control Questionnaire
Public cible	Adulte
Auteurs	Steven L. Rapee, David H. Barlow (1992)
Catégorie	Anxiété

Aperçu des 30 questions

En général, j'arrive assez facilement à éviter les menaces.

Fortement en désaccord | Moyennement en désaccord | Légèrement en désaccord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Fortement d'accord

Ma façon de faire face aux situations difficiles dépend de l'aide extérieure dont je dispose.

Fortement en désaccord | Moyennement en désaccord | Légèrement en désaccord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Fortement d'accord

Quand je suis sous pression, je risque de perdre le contrôle.

Fortement en désaccord | Moyennement en désaccord | Légèrement en désaccord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Fortement d'accord

En général, j'arrive à empêcher mon anxiété de se voir.

Fortement en désaccord | Moyennement en désaccord | Légèrement en désaccord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Fortement d'accord

Quand quelque chose me fait peur, je ne peux généralement rien y faire.

Fortement en désaccord | Moyennement en désaccord | Légèrement en désaccord | Légèrement d'accord | Moyennement d'accord | Fortement d'accord

Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

Cotations & interprétations

Chaque item est coté sur une échelle de type Likert ; les scores sont additionnés pour obtenir un score global de perception de contrôle. Un score élevé indique une perception plus élevée de contrôle sur l'anxiété. L'interprétation se fait généralement par sous-échelle et score total.

Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement | Voir tous les questionnaires

★★★★★

“Sceptique au départ, je ne peux finalement plus me passer de cet outil dans ma pratique.”

Elodie C. - Psychologue TCC