CDS

Échelle de dépersonnalisation de Cambridge (CDS)

La Cambridge Depersonalization Scale (CDS) est un questionnaire d'auto-évaluation conçu pour mesurer la fréquence et la durée des expériences de dépersonnalisation et de déréalisation au cours des six derniers mois. Cet outil est particulièrement utile pour le dépistage clinique, l'évaluation de la sévérité des symptômes dissociatifs et le suivi de leur évolution dans le temps. Il explore des phénomènes tels que le sentiment d'étrangeté à soi-même, la sensation d'être détaché de son corps, l'impression d'irréalité de l'environnement ou encore l'émoussement émotionnel.

Nombre de questions	29 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Cambridge Depersonalization Scale
Public cible	Adolescent et adulte
Auteurs	Mauricio Sierra, German E. Berrios (2000)
Catégorie	Troubles dissociatifs

Aperçu des 29 questions

Au cours des six derniers mois :

Soudainement, je me sens étrange, comme si je n'étais pas réel ou comme si j'étais coupé du monde.

Jamais | Rarement | Souvent | Très souvent | Tout le temps

Au cours des six derniers mois :

Ce que je vois paraît « plat » et « inanimé », comme si j'étais en train de regarder une image.

Jamais | Rarement | Souvent | Très souvent | Tout le temps

Au cours des six derniers mois :

J'ai l'impression que des parties de mon corps ne m'appartiennent pas.

Jamais | Rarement | Souvent | Très souvent | Tout le temps

Au cours des six derniers mois :

J'ai eu le sentiment de ne pas être effrayé du tout par des situations que j'aurais normalement trouvées effrayantes ou angoissantes.

Jamais | Rarement | Souvent | Très souvent | Tout le temps

Au cours des six derniers mois :

Mes activités favorites ne me paraissent plus agréables.

Jamais | Rarement | Souvent | Très souvent | Tout le temps

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 selon la fréquence et la durée de l'expérience décrite au cours des six derniers mois. Les réponses sont combinées pour produire un score par item allant de 0 à 10, puis additionnées pour obtenir un score total compris entre 0 et 290. Plus le score total est élevé, plus les symptômes de dépersonnalisation/déréalisation sont fréquents, durables et cliniquement marqués. Un score total autour de 70 est souvent utilisé comme seuil indicatif de dépistage d'un trouble de dépersonnalisation, mais l'interprétation doit toujours être intégrée à l'entretien clinique et au contexte psychopathologique global.

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