

Questionnaire de fusion cognitive (CFQ)

Le CFQ est un questionnaire bref d'auto-évaluation qui mesure la fusion cognitive, c'est à dire la tendance à être pris dans ses pensées au point qu'elles orientent fortement les émotions, l'attention et le comportement. Il est surtout utilisé dans le cadre de l'ACT et des approches centrées sur la flexibilité psychologique. L'outil explore notamment la difficulté à se dégager de pensées pénibles, la lutte contre le contenu mental et la place excessive donnée aux cognitions dans l'expérience quotidienne. Sa forme courte en 7 items est la version la plus utilisée par les psychologues, en clinique comme en recherche, pour le repérage, l'évaluation initiale et le suivi de l'évolution au cours d'une prise en charge.

Nombre de questions	7 questions
Durée estimée	5 minutes
Langue	Français
Nom original	Cognitive Fusion Questionnaire
Public cible	Adolescent et adulte
Auteurs	David T. Gillanders, Helen Bolderston, Frank W. Bond, Maria Dempster, Paul E. Flaxman, Lindsey Campbell, Sian Kerr, Louise Tansey, Penelope Noel, Clive Ferenbach, Samantha Masley, Louise Roach, Joda Lloyd, Lauraine May, Susan Clarke, Bob Remington (2014)
Catégorie	Global

Aperçu des 7 questions

Mes pensées me causent de la détresse ou de la souffrance émotionnelle

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

Je suis tellement pris(e) dans mes pensées que je n'arrive pas à faire les choses que je souhaite le plus faire

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

J'analyse les situations à l'excès, au point que cela ne m'aide pas

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

Je me débats avec mes pensées

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

Je m'en veux d'avoir certaines pensées

Jamais vrai | Très rarement vrai | Rarement vrai | Parfois vrai | Fréquemment vrai | Presque toujours vrai | Toujours vrai

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 de 1 à 7, de jamais vrai à toujours vrai. Le score total correspond à la somme des 7 réponses, avec une étendue de 7 à 49. Un score élevé indique une fusion cognitive plus importante, donc une plus grande tendance à se laisser dominer par ses pensées. L'interprétation se fait de façon dimensionnelle, en tenant compte du contexte clinique, de l'entretien et de l'évolution des scores au fil du temps. L'outil est surtout utile pour estimer l'intensité du processus et suivre le changement thérapeutique.

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

★★★★★

“Mentaal est devenu un allié indispensable pour structurer mes évaluations et approfondir la compréhension clinique de mes patients.”

 Nolwenn P. - Psychologue TCC