CODAT

Outil d’évaluation de la codépendance (CODAT)

Le CODAT est un questionnaire d’auto-évaluation destiné à mesurer les traits de codépendance chez l’adulte dans le cadre des relations proches. Il explore notamment la tendance à se centrer excessivement sur les besoins d’autrui, le sacrifice de soi, le contrôle relationnel et la difficulté à reconnaître ou exprimer ses propres affects. Utilisé surtout en recherche et en évaluation clinique complémentaire, il peut aider le psychologue à repérer un fonctionnement relationnel dysfonctionnel, à objectiver certaines difficultés interpersonnelles et à suivre l’évolution au cours d’une prise en charge. Le CODAT ne constitue pas un outil diagnostique autonome et doit être interprété avec l’entretien clinique, l’histoire relationnelle et le contexte psychosocial.

Nombre de questions	25 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Codependency Assessment Tool
Public cible	Adulte
Auteurs	Catherine Hughes-Hammer, Donna S. Martsolf, Robert A. Zeller (1998)
Catégorie	Dépendance affective

Cotations & interprétations

Chaque item est coté sur une échelle de type Likert en 5 points. Les réponses sont additionnées pour obtenir un score total, après inversion des items cotés en sens opposé selon la version de référence. Le score total varie généralement de 25 à 125 ; plus le score est élevé, plus les caractéristiques de codépendance sont marquées. Des sous-scores par dimensions peuvent aussi être calculés selon la structure factorielle publiée. Il n’existe pas de seuil diagnostique universellement admis ; l’interprétation repose surtout sur le profil des réponses, la comparaison à des données de recherche ou l’évolution intra-individuelle.