

Questionnaire de dépendance affective (EDQ)

Le questionnaire de dépendance affective (ou dépendance émotionelle) est conçu pour évaluer le niveau de dépendance affective dans les relations amoureuses. Il comprend 23 items répartis en 6 dimensions cliniques telles que l'anxiété de séparation, la peur de la solitude ou encore la recherche d'attention. Cet instrument est utilisé pour repérer les personnes présentant des comportements affectifs excessifs ou dysfonctionnels dans le cadre relationnel.

Nombre de questions	23 questions
Durée estimée	5 minutes
Langue	Français
Nom original	Emotional Dependency Questionnaire
Public cible	Adultes
Auteurs	Lemos M, Londono (2006)
Catégorie	Dépendance affective, Problème de couple

Aperçu des 23 questions

À quel point cette affirmation vous correspond-elle :

Je me sens impuissant(e) quand je suis seul(e).

Complètement faux pour moi | Principalement faux pour moi | Légèrement plus vrai que faux | Modérément vrai pour moi | Principalement vrai pour moi | Me décrit parfaitement

À quel point cette affirmation vous correspond-elle :

L'idée d'être abandonné(e) par mon partenaire m'inquiète.

Complètement faux pour moi | Principalement faux pour moi | Légèrement plus vrai que faux | Modérément vrai pour moi | Principalement vrai pour moi | Me décrit parfaitement

À quel point cette affirmation vous correspond-elle :

Pour attirer mon partenaire, je cherche à l'éblouir ou à le/la divertir.

Complètement faux pour moi | Principalement faux pour moi | Légèrement plus vrai que faux | Modérément vrai pour moi | Principalement vrai pour moi | Me décrit parfaitement

À quel point cette affirmation vous correspond-elle :

Je fais tout mon possible pour être le centre de l'attention dans la vie de mon partenaire.

Complètement faux pour moi | Principalement faux pour moi | Légèrement plus vrai que faux | Modérément vrai pour moi | Principalement vrai pour moi | Me décrit parfaitement

À quel point cette affirmation vous correspond-elle :

J'ai constamment besoin de marques d'affection de la part de mon partenaire.

Complètement faux pour moi | Principalement faux pour moi | Légèrement plus vrai que faux | Modérément vrai pour moi | Principalement vrai pour moi | Me décrit parfaitement

Le questionnaire complet (23 questions) se fait passer en ligne sur Mentaal.

Faites passer ce questionnaire 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

Cotation automatique avec Mentaal

Les résultats cotés vous seront envoyés automatiquement dès que votre patient aura complété le questionnaire. Voici un exemple :

Cotation

Score total : 82/138

23 — 80	Pas de dépendance clinique
81 — 138	**Présence cliniquement significative** ◀ 82

Dimensions :

→ Anxiété de séparation : 25/42

Tendance à ressentir une angoisse intense à l'idée d'être séparé(e) du partenaire, même temporairement.
Valeur seuil : 27

→ Expression affective du couple : 13/24

Besoin excessif de recevoir des marques constantes d'affection et de validation émotionnelle de la part du partenaire.

Valeur seuil : 18

→ Modification des projets : 14/24

Comportement consistant à sacrifier ou modifier ses propres activités pour privilégier systématiquement la relation.

Valeur seuil : 15

→ Peur de la solitude : 11/18

Difficulté marquée à rester seul(e), accompagnée d'un sentiment de vide ou d'angoisse en l'absence de l'autre.

Valeur seuil : 12

→ Expression limite : 7/18

Présence de réactions émotionnelles extrêmes, impulsives ou autodestructrices face à la peur de perdre l'autre.

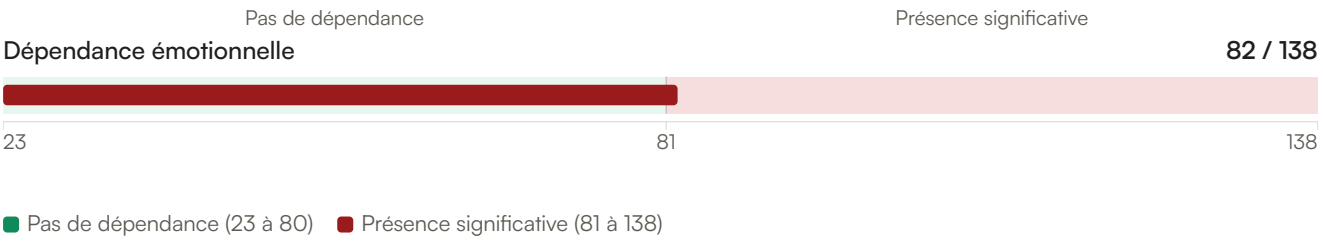
Valeur seuil : 7

→ Recherche d'attention : 12/12 ⚠

Tendance à chercher à être au centre de l'attention du partenaire par des comportements de séduction ou de mise en scène.

Valeur seuil : 9

SCORE TOTAL





Ce questionnaire comporte 23 items, chacun noté sur une échelle de Likert à 6 points (1 = totalement faux pour moi, jusqu'à 6 = me décrit parfaitement).

Pour chaque sous-échelle (six dimensions : anxiété de séparation, expression affective du/de la partenaire, modification des plans, peur de la solitude, expression limite, recherche d'attention), on calcule la somme des scores des items correspondants.

Le score total correspond à la somme des 23 items. Un score supérieur ou égal à 81 (moyenne + écart-type) indique une présence cliniquement significative de dépendance émotionnelle. Un score inférieur à 81 reflète soit une zone à risque (si proche de la moyenne), soit une absence de comportements de dépendance (si nettement inférieur).