

Questionnaire sur les comportements sécurisants du TAG (GAD-SBQ)

Le QCS-TAG est un outil d'auto-évaluation conçu pour identifier et mesurer les comportements sécurisants spécifiquement associés au trouble d'anxiété généralisée. Ces comportements sont souvent utilisés par les individus pour réduire leur anxiété perçue, mais peuvent paradoxalement maintenir ou aggraver les symptômes anxieux sur le long terme.

Nombre de questions	10 questions
Durée estimée	2 minutes
Langue	Français
Nom original	Questionnaire of Safety Behaviors for Generalized Anxiety Disorder
Public cible	Adultes
Auteurs	Marcotte-Beaumier, G., Hebert, E. A., & Dugas, M. J. (2020)
Catégorie	Anxiété

Aperçu des 10 questions

J'évite fréquemment des situations dont l'issue pourrait être négative.

Ex: Éviter d'aller manger dans un nouveau restaurant

Pas du tout typique de moi | Un peu typique de moi | Modérément typique de moi | Plutôt typique de moi | Extrêmement typique de moi

Je refais ou modifie à plusieurs reprises des tâches que j'ai déjà terminées.

Ex: Reprendre un projet que j'ai déjà fini et y apporter des changements.

Pas du tout typique de moi | Un peu typique de moi | Modérément typique de moi | Plutôt typique de moi | Extrêmement typique de moi

Je cherche beaucoup d'information afin de me sentir rassuré(e).

Ex: Vérifier les rapports de circulation afin de savoir s'il y a eu un accident sur la route qu'emprunte mon conjoint(e).

Pas du tout typique de moi | Un peu typique de moi | Modérément typique de moi | Plutôt typique de moi | Extrêmement typique de moi

J'évite de m'engager totalement dans un emploi, un projet ou une relation parce que je ne suis pas certain(e) de comment ça va se passer

Ex: Refuser de m'impliquer dans un projet ambitieux au travail.

Pas du tout typique de moi | Un peu typique de moi | Modérément typique de moi | Plutôt typique de moi | Extrêmement typique de moi

Je cherche constamment à être rassuré(e) à cause de mes inquiétudes.

Ex: Demander à mon (ma) conjoint(e) de me rassurer à propos de mes inquiétudes face à notre relation.

Pas du tout typique de moi | Un peu typique de moi | Modérément typique de moi | Plutôt typique de moi | Extrêmement typique de moi

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 question est notée sur une échelle Likert. Les scores sont totalisés pour déterminer l'usage des comportements sécurisants. Un score élevé suggère une forte reliance sur ces comportements, ce qui peut être un indicateur d'une plus grande sévérité des symptômes d'anxiété généralisée.

Exemple de cotation

Cotation

Score total : 37/50

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