IBM

Échelle des liens intimes (IBM)

L'Intimate Bond Measure (IBM) est un questionnaire d'auto-évaluation conçu pour évaluer la qualité perçue du lien dans une relation intime, en se concentrant principalement sur deux dimensions : les soins et le contrôle exercés par le partenaire. Il est souvent utilisé pour l'analyse des dynamiques interpersonnelles et la détection de schémas relationnels problématiques, notamment dans le contexte conjugal.

Nombre de questions	24 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Intimate Bond Measure
Public cible	Adulte, couple
Auteurs	John Read, Paula E. Dowling, Gordon Parker (1989)
Catégorie	Problème de couple

Cotations & interprétations

Chaque item est coté de 0 à 3 selon la fréquence, regroupés en deux sous-échelles (Care et Control). Les scores élevés en 'Care' reflètent la chaleur et la considération, tandis qu'un score élevé en 'Control' indique un contrôle excessif ou une possessivité. L'interprétation repose sur la comparaison de ces deux sous-échelles.