RQ

Questionnaire sur les relations (RQ)

Le Relationship Questionnaire (RQ) est un outil simple destiné à l'évaluation des styles d'attachement chez l'adulte. Il se base sur le modèle à quatre catégories proposé par Bartholomew et Horowitz (sécurisant, préoccupé, détaché, craintif) et permet d'obtenir, en un format très bref, une auto-typologie de l'attachement par le biais d'un seul item représentatif de chaque style.

Nombre de questions	4 questions
Durée estimée	2 minutes
Langue	Français
Nom original	Relationship Questionnaire
Public cible	Adultes
Auteurs	Kim Bartholomew, Leonard Horowitz (1991)
Catégorie	Problème de relation interpersonnelle

Aperçu des 4 questions

A. Il m'est facile de me sentir émotionnellement proche des autres. Je suis à l'aise quand je dépends d'eux et quand ils dépendent de moi. Je ne m'inquiète pas d'être seul(e) ou de ne pas être accepté(e) par les autres.

1 - Pas du tout d'accord | 2 | 3 | 4 - Neutre/Mitigé | 5 | 6 | 7 - Tout à fait d'accord

B. Je suis mal à l'aise quand je me rapproche des autres. Je souhaite avoir des relations émotionnellement proches, mais j'ai du mal à faire entièrement confiance aux autres ou à dépendre d'eux. J'ai peur d'être blessé(e) si je me laisse devenir trop proche des autres.

1 - Pas du tout d'accord | 2 | 3 | 4 - Neutre/Mitigé | 5 | 6 | 7 - Tout à fait d'accord

C. Je souhaite être complètement intime sur le plan émotionnel avec les autres, mais je constate souvent que les autres hésitent à se rapprocher autant que je le voudrais. Je suis mal à l'aise sans relations proches, mais je crains parfois que les autres ne m'accordent pas autant de valeur que je leur en accorde.

1 - Pas du tout d'accord | 2 | 3 | 4 - Neutre/Mitigé | 5 | 6 | 7 - Tout à fait d'accord

D. Je suis à l'aise sans relations émotionnelles proches. Il est très important pour moi de me sentir indépendant(e) et autonome, et je préfère ne pas dépendre des autres et que les autres ne dépendent pas de moi.

1 - Pas du tout d'accord	2	3	4 - Neutre/Mitigé	5	6	7 - Tout à fait d'accord

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

Le participant lit une brève description correspondant à chacun des quatre styles d'attachement et indique quelle description lui correspond le mieux (choix principal) puis cote chacune des descriptions sur une échelle de 1 (ne me correspond pas du tout) à 7 (me correspond tout à fait). L'interprétation consiste à analyser les scores pour déterminer le style d'attachement dominant ainsi que la répartition des styles secondaires.

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

★★★★★

“J’utilise Mentaal depuis 2 mois maintenant et cet outil a révolutionné ma manière de voir le soin et mon emploi du temps !”

Romane L. - Psychologue TCC en ligne