

Questionnaire des peurs

Marks I.M. et Mathews A.M. (1979)

Fear Questionnaire, traduction : Cottraux J. (1985)

Le questionnaire des peurs a pour objectif d'évaluer brièvement les problèmes phobiques les plus fréquemment rencontrés en clinique. Il permet d'évaluer également l'anxiété et la dépression associées aux phobies. C'est l'instrument le plus utilisé pour évaluer l'efficacité du traitement des sujets agoraphobes et phobiques sociaux.

Passation

Il s'agit d'un questionnaire composite que le sujet peut remplir en 5 minutes.

Il comprend 2 parties :

- **une partie normative** : elle est formée d'items fermés et comprend elle-même 3 parties :
 - une liste de phobies de 15 items (items 2 à 16) subdivisée en 5 items d'agoraphobie (AG), 5 items de phobie du sang et de blessures (SA-B) et 5 items de phobie sociale (SOC) ;
 - un questionnaire d'anxiété dépression (items 18 à 22) ;
 - un item mesurant la gêne consécutive au comportement phobique (item 24).
- **une partie descriptive** :
 - l'item 1 permet au sujet de décrire et d'évaluer de 0 à 8 la phobie principale qu'il vaut traiter ;
 - l'item 17 permet d'ajouter une phobie qui ne serait pas dans la liste fermée des 15 items ;
 - l'item 23 permet de décrire et d'évaluer tout sentiment désagréable ressenti par le patient qui ne serait pas dans la liste fermée des 5 items d'anxiété dépression.

Un score supérieur à 20 en agoraphobie ou phobie sociale reflète une condition clairement pathologique.

Validation

C'est sans doute l'instrument de mesure des phobies le mieux validé, et le plus utilisé dans le monde depuis les travaux initiaux de Marks.

Références

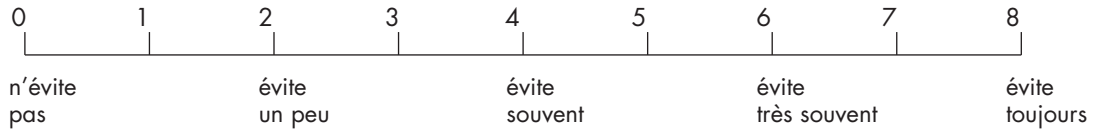
- BOUVARD M. et COTTRAUX J., *Protocoles et échelles d'évaluation en psychiatrie et en psychologie*, Masson, Paris, 2005.
- COTTRAUX J., BOUVARD M. et MESSY P., « Validation et analyse factorielle d'une échelle de phobies : la version française du questionnaire des peurs de Marks et Matthews », *L'Encéphale*, 1987, 13, 23-29.
- MARKS I., HALLAM R., CONNOLLY J. & PHILPOTT R., *Nursing in Behavioural Psychotherapy. An advanced Clinical Role for Nurses*. Whitefriars Press, London and Tonbridge, 1977.

Questionnaire des peurs (Marks et Matthews)

Date:/...../.....

Nom: Prénom: Sexe: Âge:

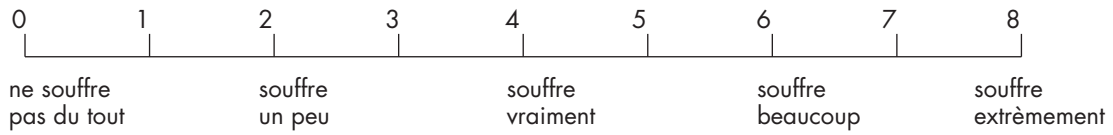
1) Veuillez choisir un chiffre dans l'échelle ci-dessous: il permet de chiffrer à quel point vous évitez par peur (ou du fait de sensation ou sentiments désagréables) chacune des situations énumérées ci-dessous. Ensuite, veuillez écrire le nombre choisi dans la case correspondant à chaque situation.



1. Principale phobie que vous voulez traiter (décrivez-la à votre façon, puis cotez-la de 0 à 8).		
2. Injections et interventions chirurgicales minimales.		
3. Manger et boire avec les autres.		
4. Aller dans les hôpitaux.		
5. Faire seul(e) des trajets en bus ou en car.		
6. Se promener seul(e) dans des rues où il y a foule.		
7. Être regardé(e) ou dévisagé(e).		
8. Aller dans des magasins remplis de monde.		
9. Parler à des supérieurs hiérarchiques ou à toute personne exerçant une autorité.		
10. Voir du sang.		
11. Être critiqué(e).		
12. Partir seul(e) loin de chez vous.		
13. Penser que vous pouvez être blessé(e) ou malade.		
14. Parler ou agir en public.		
15. Les grands espaces vides.		
16. Aller chez le dentiste.		
17. Toute autre situation qui vous fait peur et que vous évitez (décrivez-la, puis cotez-la de 0 à 8).		

AG	SA-B	SOC	Total

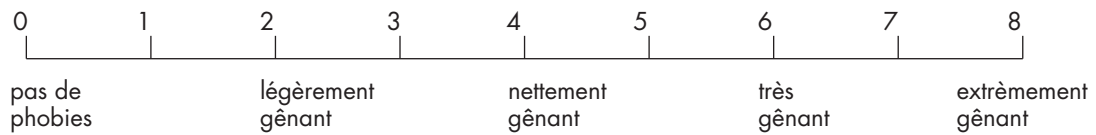
2) Maintenant veuillez choisir dans l'échelle ci-dessous un chiffre qui montrera à quel degré vous souffrez de chacun des problèmes énumérés ci-dessous, puis inscrivez ce chiffre dans la case correspondante.



18. Sentiment d'être malheureux ou déprimé.	
19. Sentiment d'être irritable ou en colère.	
20. Se sentir tendu ou paniqué	
21. Avoir l'esprit tendu ou paniqué.	
22. Sentir que vous ou votre environnement (choses, personnes) sont irréels ou étrangers	
23. Autres sentiments pénibles (décrivez-les):	

Total

3) À combien évaluez-vous actuellement la gêne que représente dans votre vie votre comportement phobique? Veuillez entourer un chiffre dans l'échelle ci-dessous et le reporter dans cette case:



Score de gêne