

QCS-TAG

Nom : _____

Date : _____

Les énoncés suivants présentent des comportements sécurisants rapportés par des personnes ayant un trouble d'anxiété généralisée. Veuillez indiquer jusqu'à quel point chacun de ces comportements est typique de vous **au cours du dernier mois** en encerclant le chiffre approprié (1 à 5). Il n'y a pas de bonne ou mauvaise réponse.

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

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

Ex : Éviter d'aller manger dans un nouveau restaurant

1 2 3 4 5

2. À répétition, je refais ou change des choses à des tâches que j'ai déjà terminées.

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

1 2 3 4 5

3. 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).

1 2 3 4 5

4. 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.

1 2 3 4 5

5. Je cherche constamment de la rassurance à cause de mes inquiétudes.

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

1 2 3 4 5

	Pas du tout typique de moi	Peu typique de moi	Assez typique de moi	Très typique de moi	Extrêmement typique de moi
--	----------------------------------	--------------------------	----------------------------	---------------------------	----------------------------------

6. Je vérifie constamment pour m'assurer que j'ai bien fait une tâche ou un projet correctement.

Ex : Vérifier un courriel plusieurs fois

pour m'assurer que j'y ai joint le bon document.

1 2 3 4 5

7. Je remets souvent une prise de décision ou un comportement à cause de mes inquiétudes.

Ex : Retarder un appel téléphonique

à cause de mes inquiétudes.

1 2 3 4 5

8. J'évite constamment des situations dans lesquelles je me sens incertain(e).

Ex : Éviter des fêtes où des gens que

je ne connais pas sont présents.

1 2 3 4 5

9. Je recherche souvent des gens en particulier, des objets ou des routines dans le but de me sentir plus « certain(e) ».

Ex : Me rendre seulement à une fête

si un(e) tel(le) ami(e) s'y rend avec moi.

1 2 3 4 5

10. Je prends beaucoup de temps et d'effort pour me préparer à des situations pour lesquelles un résultat négatif peut arriver

Ex : Avant un rendez-vous chez le médecin,

passer des heures à faire des recherches

sur internet à propos de symptômes.

1 2 3 4 5

Version originale: Hebert, E. & Dugas, M. J. (2019). Behavioral Experiments for Intolerance of Uncertainty: Challenging the Unknown in the Treatment of Generalized Anxiety Disorder, *Cognitive and Behavioral Practice*.

Version abrégée: Marcotte-Beaumier, G., Hebert, E. A., & Dugas, M. J. (2020). Le Questionnaire sur les comportements sécurisants du trouble d'anxiété généralisée (QCS-TAG) : validation auprès d'un échantillon clinique. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*. 52, 324-330. <http://dx.doi.org/10.1037/cbs0000181>