

No dossier _____

Date _____

Nom du / de la thérapeute _____

No de rencontre _____

Type d'exposition *In vivo* *In virtuo*



QUESTIONNAIRE D'EFFORTS REQUIS POUR L'EXPOSITION (QERE)
Laboratoire de Cyberpsychologie de l'UQO
(2008)

Vous devez répondre à ce questionnaire en fonction de la rencontre d'exposition que vous venez d'effectuer. Indiquer votre réponse en inscrivant un "X" dans la case appropriée de l'échelle en 7 points. Veuillez prendre en compte l'échelle en entier lorsque vous inscrivez vos réponses, surtout lorsque des niveaux intermédiaires sont en jeu. Par exemple, si votre réponse est "légèrement", la deuxième case à partir de la gauche devrait être utilisée. Si votre réponse est "considérablement mais pas énormément", alors la sixième case (ou la deuxième à partir de la droite) devrait être utilisée.

ATTENTION ! PLUSIEURS QUESTIONS COMPORTENT DEUX MODALITÉS DE RÉPONSE. Vous devez répondre des deux façons.

1. À quels stimuli avez-vous fait appel pour réaliser l'exposition?

2. Combien de temps (en minutes) avez-vous mis à chercher des stimuli (situations sociales, environnements virtuels, etc.) pour votre rencontre d'exposition?

A. _____ MINUTES

B. | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ |
0-10 11-20 21-30 31-40 41-50 51-60 60 et +

3. Combien de temps (en minutes) avez-vous mis pour vous rendre aux lieux (aller-retour) et/ou aux stimuli requis pour l'exposition?

A. _____ MINUTES

B. | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ |
0-10 11-20 21-30 31-40 41-50 51-60 60 et +

Questionnaire d'efforts requis pour l'exposition (QERE):

Laboratoire de Cyberpsychologie de l'UQO

Validation :

- 265 sessions d'exposition dans le cadre d'une thérapie cognitive-comportementale pour l'anxiété sociale (*in vivo* = 140 and *in virtuo* = 125) ont été évaluées par quatre thérapeutes expérimentés;
- Alpha de Chronbach = .83

- Pour plus de détails, veuillez consulter l'article de Robillard et al., 2011* disponible sur notre site web. Veuillez noter que les termes « fine tuning » et « burden » ont été interchangés par erreur dans la publication originale. Les informations dans le présent document sont à jour.

Total: Faire le total de tous les items sur une échelle de 0 à 6 (score max de 60)

Facteur 1 - "Personnalisation" ("Fine tuning"): items 1, 4, 6, 7, 8, 9

- Exprime le défi de personnaliser les exercices d'exposition.
- Explique 39.78% de la variance.

Facteur 2 - Effort requis ("Burden") : items 10, 11.

- Décrit l'effort requis imposé au thérapeute pour préparer et effectuer l'exercice d'exposition.
- Explique 17.44% de la variance.

Facteur 3 - Temps ("Time"): items 2, 3, 5

- Temps requis pour planifier et effectuer l'exercice d'exposition
- Explique 12.56% de la variance.