

Questionnaire sur la réalité partagée (QRP)

Roger Marcaurrelle, Ph. D., psychologue

Présentation

Le Questionnaire sur la réalité partagée (QRP) est conçu pour identifier les ruptures dans la réalité partagée d'une relation interpersonnelle. La notion de réalité partagée a été mise de l'avant par Bruce Ecker, qui la définit ainsi :

L'impression subjective d'un accord interpersonnel, c'est-à-dire l'impression que son expérience ou son vécu sont perçus et compris par l'autre personne, et qu'il est important pour l'autre de maintenir une compréhension intersubjective mutuelle (*The black hole of nonexistence*, p. 24; traduction Roger Marcaurrelle).

La définition de la réalité partagée proposée par Roger Marcaurrelle et sur laquelle se base le QRP élabore celle de Ecker de la manière suivante:

L'impression subjective d'un accord interpersonnel avec l'autre, c'est-à-dire l'impression que son émotion, son point de vue ou son besoin sont perçus et compris par l'autre, et qu'il est important pour l'autre de maintenir cette compréhension intersubjective mutuelle et d'agir le plus possible en accord avec elle.

Le QRP permet d'identifier la fréquence à laquelle sont perçues les ruptures dans la réalité partagée venant de l'autre et de soi. Il évalue cette fréquence dans six dimensions, dont une est plus spécifique au couple. Les voici avec les items correspondants :

Communication : items 1 à 7

Authenticité : items 8 à 10

Respect des ententes : items 11 à 12

Considération des besoins de l'autre comme une priorité: items 13 à 18

Intimité (couple) : 19 à 20

Réparation des ruptures dans la réalité partagée : 21

Le QRP n'a pas encore été soumis à la validation statistique, mais il peut sans doute déjà suggérer des pistes d'exploration pertinentes dans le contexte de la psychothérapie et du développement personnel. Une version anglaise est disponible auprès de l'auteur.

Questionnaire sur la réalité partagée (QRP)

Roger Marcaurrelle, Ph. D., psychologue

Nom : _____ Date : _____

Dans la relation interpersonnelle que vous choisirez de considérer ici, veuillez estimer la fréquence à laquelle, de votre point de vue, l'autre personne et vous-même avez les comportements suivants l'un envers l'autre.

Encerclez le type de relation que vous choisissez d'évaluer ci-dessous: amour/couple, famille, ami, collègue, supérieur/subordonné, autre type.

Comportement	L'autre a ce comportement				J'ai ce comportement			
	Jamais	Peu souvent	Assez souvent	Très souvent	Jamais	Peu souvent	Assez souvent	Très souvent
1. Ne pas avoir d'écoute.								
2. Ne pas vouloir parler de certaines choses ou ne pas vouloir en parler à fond.								
3. Réagir agressivement quand l'autre partage des sentiments ou des expériences personnelles.								
4. Réagir agressivement quand l'autre demande quelque chose ou tente de l'obtenir.								
5. Diminuer l'autre.								
6. Être violent physiquement (ex. : lancer/briser des objets; frapper l'autre)								
7. S'éloigner/bouder.								
Com								
8. Mentir à l'autre.								
9. Ne pas reconnaître des faits qui vous semblent évidents.								
10. Faire des choses en cachette.								
Aut								
11. Ne pas respecter les ententes.								
12. Ne pas informer à propos des changements de décision ou de comportement qui affectent l'autre.								
Res								
13. Ne pas considérer les besoins de l'autre comme une priorité.								
14. Ne pas faire sa juste part des choses.								
15. Ne pas exprimer son appréciation quand l'autre croit la mériter.								
16. Avoir peu ou pas d'intérêt concernant des choses importantes pour l'autre.								
17. Ne pas vouloir faire d'activités avec l'autre.								
18. Ne pas vouloir faire de projets avec l'autre.								
Pri								
19. (Couple) Ne pas montrer son affection ou ne pas se sentir à l'aise de le faire.								
20. (Couple) Ne pas vouloir faire l'amour ou ne pas se sentir à l'aise de le faire.								
Int								
21. Ne pas chercher à répondre aux insatisfactions ou à réparer les conflits liés aux aspects ci-haut (ex. : ne pas prendre sa part de responsabilité, ne pas s'excuser, ne pas chercher à résoudre le problème).								