

# ÉCHELLE D'AJUSTEMENT DYADIQUE (DAS-32)

par Graham B. Spanier (1976)

traduit et adapté par Jacques Baillargeon, Gilles Dubois et  
René Marineau, Université du Québec à Trois-Rivières

## LIRE ATTENTIVEMENT :

- Ce questionnaire s'intéresse à votre perception de votre vie de couple. Il s'agit donc de votre opinion personnelle.
- Ne soyez pas préoccupé de ce que peut ou pourrait répondre votre partenaire sur le même instrument.
- Pour chaque question, indiquez votre réponse en inscrivant un seul X dans la case appropriée.
- Assurez-vous de répondre à toutes les questions.

La plupart des gens rencontrent des problèmes dans leurs relations. Indiquez dans quelle mesure vous et votre partenaire êtes en accord ou en désaccord sur chacun des points suivants.

	Toujours en accord	Presque toujours en accord	Parfois en désaccord	Souvent en désaccord	Presque toujours en désaccord	Toujours en désaccord
1. Le budget familial	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Le domaine des sports et du divertissement	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Les questions religieuses	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Les manifestations d'affection	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Les amis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Les relations sexuelles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Les conventions sociales (se comporter de façon correcte et appropriée, bonnes manières)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. La façon de voir la vie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Les relations avec les parents et les beaux-parents	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Les buts, objectifs et choses jugées importantes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. La quantité de temps passé ensemble	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. La manière de prendre des décisions importantes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Les tâches à faire à la maison	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Les intérêts de loisirs et les activités	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Les décisions concernant le travail (métier/profession/carrière)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Toujours	La plupart du temps	Plus souvent qu'autrement	Occasionnellement	Rarement	Jamais
16. Est-ce qu'il vous arrive souvent ou est-ce qu'il vous est déjà arrivé d'envisager un divorce, une séparation ou de mettre fin à votre relation actuelle ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Combien de fois arrive-t-il, à vous et à votre partenaire, de quitter la maison après une dispute conjugale ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. De façon générale, pouvez-vous dire que les choses vont bien entre vous et votre partenaire ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Vous confiez-vous à votre partenaire ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Avez-vous déjà regretté de vous être mariés (ou de vivre ensemble) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Combien de fois vous arrive-t-il de vous disputer avec votre partenaire ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Combien de fois vous arrive-t-il, vous et votre partenaire, de vous taper sur les nerfs ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<b>Tous les jours</b>	<b>Presque tous les jours</b>	<b>Occasionnellement</b>	<b>Rarement</b>	<b>Jamais</b>	
23. Embrassez-vous votre partenaire ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
	<b>Tous</b>	<b>La plupart d'entre eux</b>	<b>Certains d'entre eux</b>	<b>Très peu d'entre eux</b>	<b>Aucun d'entre eux</b>	
24. Partagez-vous ensemble des intérêts extérieurs à la maison ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<b>D'après vous, combien de fois les événements suivants se produisent-ils ?</b>						
	<b>jamais</b>	<b>Moins qu'une fois par mois</b>	<b>Une à deux fois par mois</b>	<b>Une à deux fois par semaine</b>	<b>Une fois par jour</b>	<b>Plus d'une fois par jour</b>
25. Avoir un échange d'idées stimulantes entre vous deux ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Rire ensemble ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Discuter calmement de quelque chose ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Travailler ensemble sur quelque chose ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Les couples ne sont pas toujours d'accord. Indiquez si les situations suivantes ont provoqué des différences d'opinions ou des problèmes dans votre relation au cours des dernières semaines. (Cochez oui ou non)						
	OUI	NON				
29. Être trop fatigué(e) pour avoir des relations sexuelles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
30. Ne pas manifester son amour.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
31. Les points sur la ligne suivante correspondent à différents degrés de bonheur dans votre relation. Le point central "heureux" correspond au degré de bonheur retrouvé dans la plupart des relations. Veuillez encercler le point qui correspond le mieux au degré de bonheur de votre couple.						
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Extrêmement malheureux</b>	<b>Assez malheureux</b>	<b>Un peu malheureux</b>	<b>Heureux</b>	<b>Très heureux</b>	<b>Extrêmement heureux</b>	<b>Parfaitement heureux</b>
32. Lequel des énoncés suivants décrit le mieux ce que vous ressentez face à l'avenir de votre relation ? (Cochez une seule réponse)						
<input type="checkbox"/>	Je désire désespérément que ma relation réussisse et je ferais presque n'importe quoi pour que ça arrive.					
<input type="checkbox"/>	Je désire énormément que ma relation réussisse et je ferai tout ce qui est en mon pouvoir pour cela se réalise.					
<input type="checkbox"/>	Je désire énormément que ma relation réussisse et je vais faire ma juste part pour que cela se réalise.					
<input type="checkbox"/>	Ce serait bien si ma relation réussissait, mais je ne peux pas faire beaucoup plus que ce que je fais maintenant pour y arriver.					
<input type="checkbox"/>	Ce serait bien si cela réussissait, mais je refuse de faire davantage que ce que je fais maintenant pour maintenir cette relation.					
<input type="checkbox"/>	Ma relation ne pourra jamais réussir et je ne peux rien faire de plus pour la maintenir.					

**Cotation :**

Inversez la notation comme indiqué ci-dessous. Les questions 1-15, 18-19, 25-28 et 32 sont notées de 1 à 6 ; les questions 23-24 sont notées de 1 à 5 ; la question 31 est notée de 1 à 7.

Les items n'ont pas les mêmes fourchettes. Par conséquent, les items notés à l'envers doivent être recodés avant d'être notés : Q 16, Q17 ; Q20 ; Q21 Q22 : cotées de 1:6 (6,5,4,3,2,1) ; et Q29 et Q30 : cotées 1:2 (2,1)

**Normes :** Score élevé = moins de détresse, adaptation élevée.

- 70 = Divorce
- 98 = seuil de détresse
- 114,8 = Norme pour un couple heureux en ménage.

**Amélioration cliniquement pertinente :** Augmentation de 10 points sur un score individuel

Score du couple = score de l'homme + score de la femme / 2

**4 sous-échelles :-**

- **Consensus :** 1 - 15 (Echelle = 0 à 5) (Omettre 4 & 6)
- **Expression affective :** 4, 6, 29 & 30 (Oui = 0) (Non = 1)
- **Satisfaction :** 16 - 23, 31 & 32 (Inverser le score 18 & 19)
- **Cohésion :** 24 - 28 (échelles de 4 et 5 points)

**Score total** = Additionner toutes les sous-échelles.

**Références :**

Baillargeon, J., Dubois, G., & Marineau, R. (1986). Traduction française de l'Échelle d'ajustement dyadique. *Revue canadienne des sciences du comportement*, 18, 25-34.

[Spanier, G. B. \(1976\). Measuring dyadic adjustment : New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. \*Journal of Marriage and the Family\*, 38, 15-28.](#)

Spanier, G. B., & Filsinger, E. E. (1983). The dyadic Adjustment Scale. In E. E. Filsinger (Ed.), *Marriage and family assessment: A sourcebook for family therapy*. Beverly Hills, CA : Sage

# Échelle d'ajustement dyadique

Adam R. Fisher et Alice F. Roberts

L'Institut de la famille de l'Université Northwestern, Evanston, IL, USA

Université Brigham Young, Provo, UT, USA, Bountiful, UT, USA

**Nom et type de mesure :** L'Échelle d'ajustement dyadique est un instrument de mesure de la qualité d'un mariage ou d'une relation similaire.

**Synonymes :** DAS ; DAS-7 ; RDAS

**Introduction :** L'ajustement dyadique est l'un des concepts les plus couramment utilisés pour évaluer les mariages ou les relations amoureuses similaires (Spanier 1976).

Il a été utilisé dans la recherche sur les relations depuis plus de 50 ans dans des milliers d'études (Graham et al. 2006). Ces études ont porté sur des relations ou des mariages d'adultes sur une variété de sujets tels que le stress, la santé émotionnelle, les problèmes relationnels et les études de résultats pour les modèles de psychothérapie. Les définitions de l'ajustement dyadique comprennent le degré d'accommodement que chaque partenaire accorde à l'autre ou le degré auquel un couple a établi des qualités positives dans sa relation - comme la résolution des désaccords.

La définition la plus courante conceptualise peut-être l'ajustement dyadique comme la qualité d'une relation sentimentale impliquant deux personnes (Spanier 1976). Cette qualité peut également refléter la mesure dans laquelle un couple est capable d'atteindre un consensus sur des questions clés, le degré de tension qu'ils éprouvent en raison de leurs différences et l'absence générale de détresse dans la relation (Graham et al. 2006).

L'échelle d'ajustement dyadique (DAS) a été élaborée en 1976 par Graham B. Spanier à l'Université d'État de Pennsylvanie, comme une mesure auto-rapportée de la qualité d'un mariage ou d'une relation similaire.

## Description de la mesure

Le DAS comprend 32 items de type Likert, qui ont été développés à partir de 300 items provenant de mesures existantes, et est rédigé à un niveau de lecture de 8e année. Le DAS est administré séparément à chaque partenaire. Le DAS comprend quatre sous-échelles qui peuvent être mesurées séparément :

- la satisfaction dyadique - le degré de tension et la volonté de rester dans la relation (10 items) ;
- la cohésion dyadique - les comportements et les intérêts partagés (5 items) ;
- le consensus dyadique - la mesure dans laquelle le couple est d'accord sur les questions importantes (13 items) ;
- et (4) l'expression affective - la satisfaction à l'égard des relations sexuelles et le niveau d'affection dans la relation (4 items).

**La notation** du DAS consiste à additionner le score total de chaque question - ce qui donne une fourchette de 0 à 151 - les scores les plus élevés représentant une meilleure qualité de mariage ou de relation. Chaque sous-échelle peut également être notée séparément. D'autres versions plus courtes du DAS ont également été développées, notamment l'échelle d'ajustement dyadique révisée (RDAS) de 14 items et une version de sept items (DAS-7). Le DAS peut être administré par des thérapeutes

de couple et de famille, ainsi que par des psychologues, des conseillers, des travailleurs sociaux ou d'autres professionnels ayant reçu une formation documentée, telle que des cours de niveau universitaire sur les tests et l'évaluation.

### **Psychométrie**

La fiabilité du score total du DAS est élevée ( $\alpha = .96$  ; Corcoran et Fischer 2013) ; le DAS est une mesure fiable des caractéristiques objectives de la relation.

De multiples études ont confirmé sa grande fiabilité et ont montré qu'il n'est pas sensiblement affecté par l'état civil, l'origine ethnique, l'orientation sexuelle ou le sexe des participants à l'échantillon (Graham et al. 2006). Les quatre sous-échelles sont moins fiables que le score total, la sous-échelle d'expression affective étant nettement plus faible que les autres ( $\alpha = .73$  ; Spanier 1976). Notamment, le RDAS élimine entièrement l'expression affective et le DAS-7 ne comprend que trois items pour évaluer le consensus, trois pour la cohésion et un pour la satisfaction. Le DAS-7 est un instrument fiable et valide comparable au DAS (Hunsley et al. 2001).

La validité du contenu du DAS a également été évaluée en fonction de la pertinence des éléments par rapport aux relations, de la cohérence des définitions de la satisfaction, de la cohésion, du consensus et de la pertinence des choix de réponses (Spanier 1976). La validité concurrente a été démontrée par une corrélation positive élevée avec l'échelle d'ajustement conjugal de Locke-Wallace (Spanier 1976). Les normes du DAS sont basées sur un groupe de 218 adultes mariés et 94 adultes récemment divorcés (Spanier 1989).