

**Une mesure brève et multidimensionnelle des préférences de thérapies des clients:  
l'inventaire des préférences Cooper-Norcross (C-NIP)**

**Version originale : Mick Cooper, John C. Norcross, 2015**

**Version française : Aurélie Wagener, Sylvie Willems, 2020**

## Inventaire des préférences de Cooper-Norcross (C-NIP) traduit par Wagener et Willems

Sur chacun des items ci-dessous, veuillez indiquer vos préférences quant à la manière dont un psychothérapeute ou un conseiller devrait travailler avec vous en encerclant un chiffre. Un 3 indique une préférence *marquée* dans cette direction, un 2 une préférence *modérée* dans cette direction, un 1 indique une *légère* préférence dans cette direction, 0 une absence de préférence dans les deux sens / une préférence d'intensité similaire dans les deux sens.

### « J'aimerais que le thérapeute... »

<p>Se concentre sur des objectifs spécifiques</p> <p>3            2            1</p>	<p>Pas de préférence ou cela m'est égal</p> <p>0</p>	<p>Ne se concentre pas sur des objectifs spécifiques</p> <p>-1            -2            -3</p>
<p>Donne une structure à la thérapie</p> <p>3            2            1</p>	<p>Pas de préférence ou cela m'est égal</p> <p>0</p>	<p>Permette à la thérapie d'être non structurée</p> <p>-1            -2            -3</p>
<p>M'apprenne des compétences pour gérer mes problèmes</p> <p>3            2            1</p>	<p>Pas de préférence ou cela m'est égal</p> <p>0</p>	<p>Ne m'apprenne pas de compétences pour gérer mes problèmes</p> <p>-1            -2            -3</p>
<p>Me donne des « devoirs » à faire</p> <p>3            2            1</p>	<p>Pas de préférence ou cela m'est égal</p> <p>0</p>	<p>Ne me donne pas de « devoirs » à faire</p> <p>-1            -2            -3</p>
<p>Me permette de prendre les devants en thérapie</p> <p>-3            -2            -1</p>	<p>Pas de préférence ou cela m'est égal</p> <p>0</p>	<p>Prenne les devants en thérapie</p> <p>1            2            3</p>

**Échelle 1.** Si le score est compris entre 8 et 15, la préférence va à la directivité du thérapeute. Si le score est de -2 à 7, il n'y a pas de préférence forte. Si le score est compris entre -3 et -15, la préférence va à la directivité du client.

### « J'aimerais que le thérapeute... »

<p>M'encourage à traverser des émotions difficiles</p> <p>3            2            1</p>	<p>Pas de préférence ou cela m'est égal</p> <p>0</p>	<p>Ne m'encourage pas à traverser des émotions difficiles</p> <p>-1            -2            -3</p>
<p>Parle avec moi de la relation thérapeutique</p> <p>3            2            1</p>	<p>Pas de préférence ou cela m'est égal</p> <p>0</p>	<p>Ne parle pas avec moi de la relation thérapeutique</p> <p>-1            -2            -3</p>

Se concentre sur la relation entre nous 3                    2                    1	Pas de préférence ou cela m'est égal 0	Ne se concentre pas sur la relation entre nous -1                    -2                    -3
M'encourage à exprimer des sentiments forts 3                    2                    1	Pas de préférence ou cela m'est égal 0	Ne m'encourage pas à exprimer des sentiments forts -1                    -2                    -3
Se concentre principalement sur mes pensées -3                    -2                    -1	Pas de préférence ou cela m'est égal 0	Se concentre principalement sur mes sentiments 1                    2                    3

**Échelle 2.** Si le score est compris entre 7 et 15, la préférence va à l'intensité émotionnelle. Si le score est 0 à 6, il n'y a pas de préférence forte. Si le score est compris entre -15 et -1, il y a une forte préférence pour la réserve émotionnelle.

« J'aimerais que le thérapeute... »

Se concentre sur ma vie dans le passé 3                    2                    1	Pas de préférence ou cela m'est égal 0	Se concentre sur ma vie dans le présent -1                    -2                    -3
M'aide à réfléchir sur mon enfance 3                    2                    1	Pas de préférence ou cela m'est égal 0	M'aide à réfléchir sur l'âge adulte -1                    -2                    -3
Se concentre sur mon futur -3                    -2                    -1	Pas de préférence ou cela m'est égal 0	Se concentre sur mon passé 1                    2                    3

**Échelle 3.** Si le score est compris entre 3 et 9, la préférence pour l'orientation passée est forte. Si le score est -2 à 2, il n'y a pas de forte préférence. Si le score est compris entre -2 et -9, il y a une forte préférence pour l'orientation actuelle.

« J'aimerais que le thérapeute... »

Me challenge -3                    -2                    -1	Pas de préférence ou cela m'est égal 0	Soit doux 1                    2                    3
M'apporte son soutien 3                    2                    1	Pas de préférence ou cela m'est égal 0	Soit dans la confrontation -1                    -2                    -3

Ne m'interrompe pas			Pas de préférence ou cela m'est égal		M'interrompe et me garde concentré
3	2	1	0	-1	-2 -3
Remette en question mes croyances et opinions			Pas de préférence ou cela m'est égal		Ne remette pas en question mes croyances et opinions
-3	-2	-1	0	1	2 3
Soutienne mon comportement de façon inconditionnelle			Pas de préférence ou cela m'est égal		Conteste mon comportement si il pense que celui-ci n'est pas adapté
3	2	1	0	-1	-2 -3

**Échelle 4.** Si le score est de 4 à 15, la préférence va au soutien chaleureux. Si le score est de -3 à 3, il n'y a pas de forte préférence. Si le score est compris entre -4 et -15, on a une préférence marquée pour le défi ciblé.

---

**Préférences supplémentaires du client pour l'exploration et la réflexion (en fonction des dispositions du service)**

---

**Avez-vous une forte préférence pour...**

- Un thérapeute d'un **genre** particulier, d'une **origine**, d'une **orientation sexuelle**, d'une **religion** ou d'une **autre caractéristique personnelle** particulière ?
  
- Un thérapeute / conseiller qui parle une **langue spécifique** qui serait plus confortable pour vous ?
  
- Les **modalités** de thérapie : une thérapie individuelle, de couple, familiale ou de groupe ?
  
- Les **orientations** de la thérapie : telles que psychodynamique, cognitive, centrée sur la personne ou autre ?
  
- Le **nombre** de séances de thérapie : par exemple quatre, en fonction du bilan, à durée indéterminée ou autre ?

- La **durée** des séances de thérapie : 50 minutes, 60 minutes, 90 minutes ou autre?
- La **fréquence** de la thérapie : par exemple, deux fois par semaine, une fois par semaine, une fois par mois, ponctuelle ou autre ?
- Les **médicaments**, la psychothérapie ou la combinaison des deux?
- L'utilisation de livres d'**aide par soi-même**, de groupes d'entraide ou de programmes informatiques en plus de la thérapie?
- Y a-t-il d'**autres** fortes préférences qui vous viennent à l'esprit ? (qui peuvent être soulevées à n'importe quel moment de la thérapie)
- Qu'est-ce qui vous **déplairait** ou que vous **dérangerait** le plus dans votre thérapie ou votre suivi psychologique ?