

VK⁺ et P³

Deux questionnaires pour évaluer le coping comportemental et la capacité de résilience

Questionnaires sur la résilience et les activités palliatives face au stress



Correction uniquement sur HTS

Auteurs :

M. Portzky

Éditeur d'origine :

Hogrefe Hollande

Le VK⁺ et le P³ permettent d'évaluer le degré de résilience et les activités palliatives face au stress chez les sujets adultes de 16 à 65 ans. Rapide et simple d'utilisation, ces deux questionnaires peuvent être utilisés en psychologie de la santé, en milieu hospitalier, en prévention des risques psycho-sociaux ou dans le cadre d'une psychothérapie.

Contextes d'utilisation :

- Bilan psychologique
- Bilan de santé
- Psychiatrie
- Thérapie brève, thérapie cognitivo-comportementale
- Évaluation du risque suicidaire
- Évaluation de l'adhérence au traitement/à la thérapie

Utilisateurs :

- Psychologues de la santé
- Psychologues cliniciens
- Psychiatres, médecins

LES +

- Temps de passation court
- Contextes d'utilisation variés
- Évaluation du risque suicidaire
- Évaluation des ressources face au stress
- Élaboration du projet thérapeutique

CARACTÉRISTIQUES

Temps de passation :

10 minutes par questionnaire

Public évalué :

Adultes de 16 à 65 ans



La résilience et les activités palliatives face au stress jouent un rôle dans le bien-être psychosocial et la santé physique. Le VK⁺ et le P³ permettent d'évaluer le degré de résilience et la typologie des stratégies de coping privilégiées.

Evaluer le potentiel d'adaptation...

Le VK⁺ est un auto-questionnaire de 26 items qui offre une mesure unidimensionnelle des capacités de résilience. La résilience est un concept qui renvoie au degré auquel toute personne peut gérer les difficultés de la vie et se relever après un coup dur. On peut le définir comme une facette de la personnalité qui modère les effets négatifs du stress et favorise une adaptation positive aux événements stressants.

Un haut degré de résilience constitue un facteur protecteur du bien-être psychologique. Cela assure une meilleure estime de soi et une meilleure confiance en soi. La résilience favorise aussi l'autodiscipline, le courage et l'optimisme face aux échecs.

...et appréhender les stratégies de coping privilégiées...

Le P³ est un auto-questionnaire de 34 items qui permet d'établir un profil des activités auxquelles le sujet fait appel pour faire face au stress et se détendre (activités palliatives).

Ces 34 items renvoient soit à des activités positives (comme lire, pratiquer une activité sportive...) soit à des activités destructrices (fumer ou s'automutiler par exemple).

Le score P³, prenant en compte la différence de fréquence d'utilisation entre les activités positives et les activités destructrices renvoie à l'équilibre qui s'établit entre les deux types d'activités. Un score P³ négatif suggère donc un sur-investissement des activités destructrices au détriment des activités positives.

L'analyse des items par cluster d'activités permet de compléter le profil en déterminant si le sujet s'adonne plutôt à des activités sociales ou solitaires, actives ou passives, etc.

...afin de prévenir les risques de psychopathologies et les problèmes de santé...

Des capacités de résilience élevées et des activités palliatives positives limitent les risques d'épuisement professionnel, de dépression et de comportements autodestructeurs quand, au contraire, un faible degré de résilience augmente le risque suicidaire. Le VK⁺ et le P³ vous permettent d'appréhender précisément les ressources de vos patients face au stress et à la maladie afin d'orienter au mieux la prise en charge thérapeutique.