



EDITEUR DE TESTS PSYCHOLOGIQUES ET D'OUTILS D'ÉVALUATION

2 rue du Faubourg Poissonnière – 75010 PARIS. Tél : 01 53 24 03 70
SIRET : 489 273 334 00024 – RCS Paris B 489 243 334
Capital social : 37.000,00 euros

  PSYCHOPATHOLOGIE, RISQUES PSYCHOSOCIAUX

P³ : QUESTIONNAIRE COMPORTEMENTAL SUR LES ACTIVITÉS PALLIATIVES FACE AU STRESS

Auteurs et adaptateurs : M. Portzky

Date de publication : 2015 Editeur d'origine : Hogrefe Hollande

**P³ : évaluer les stratégies de coping
comportemental**

Le questionnaire comportemental P³ permet d'établir le profil des activités auxquelles le patient fait appel pour faire face au stress et se détendre (activités palliatives). Il évalue les stratégies de coping chez les adultes de 16 à 65 ans grâce à ses trois échelles standardisées et ses grilles d'analyse par clusters ou items.



Contextes d'utilisation

Le P³ est généralement utilisé en psychologie de la santé, en milieu hospitalier, en prévention des risques psycho-sociaux ou dans le cadre d'une psychothérapie. Sa passation courte (34 items, en auto-évaluation) propose une évaluation écologique des stratégies de coping, en interrogeant les comportements mis en place dans la vie quotidienne. Le P³ peut être administré de deux façons :

- > Soit comme **mesure comportementale globale**, le patient répond alors aux items en considérant une période large et une situation idéale (sans restriction liée à l'argent ou au temps disponible).
- > Soit comme **mesure du comportement actuel**, le patient se réfère alors au dernier mois pour répondre aux items. Cette seconde modalité permet un suivi longitudinal : les mesures régulières sont un bon indicateur de l'évolution d'un épisode dépressif ou du risque suicidaire, de l'entrée dans un burn-out. Il peut être également utilisé comme mesure des effets thérapeutiques.

Appréhender les stratégies de coping privilégiées

Les 34 items renvoient soit à des des activités adaptés ou « positives », mises en place pour se détendre face à un stress (comme lire, pratiquer une activité sportive...), soit à des activités toxiques ou « destructrices », mises en place face au stress (des comportements à risque par exemple). Le P³ permet d'évaluer la nature et la fréquence des comportements selon plusieurs grilles de lecture :

Les échelles standardisées :

Le score composite P³ est un score résumé, des échelles standardisées sont également proposées pour les activités positives et les activités destructrices.

Les scores standards permettent de situer le résultat comme « faible », « moyen » ou « élevé » en fonction du rang percentile. Pour le « Score total P³ » et pour l'échelle « Activités positives », un score élevé est un bon signe ; alors que pour l'échelle « Activités destructrice », c'est un score faible qui est un bon signe.

L'analyse du profil :

Un profil P³ peut présenter un pattern de comportements typique d'un groupe clinique. Ainsi, l'investissement des activités positives et destructrices peut correspondre au profil type de sujets dits « sains », psychiatriques ou « Borderline » par exemple. Vous retrouverez plus d'information à ce sujet dans le manuel du P³.

L'analyse par clusters d'activités :

Les items P³ peuvent être regroupés par thématiques – ou clusters- pour une analyse plus qualitative du profil. Cette autre grille de lecture, non standardisée, peut être un prisme adapté à la restitution auprès du patient. Ainsi on peut distinguer 8 clusters différents :

- > Social
- > Solitaire
- > Passif
- > Actif
- > Consommation de substances
- > Sexuel
- > Suicidaire
- > Dépasser les limites