



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

# **VK+ : QUESTIONNAIRE SUR LA RÉSILIENCE**

---

*Auteurs et adaptateurs : M. Portzky*

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

**VK+ : évaluer les capacités de résilience**

**Le VK+ permet d'évaluer le degré de résilience chez les adultes de 16 à 65 ans. Rapide et simple d'utilisation, ce questionnaire peut être utilisé en psychologie de la santé, en milieu hospitalier, en prévention des risques psycho-sociaux ou dans le cadre d'une psychothérapie.**



## Évaluer le potentiel d'adaptation

Le VK+ est un questionnaire court (26 items en auto-évaluation) qui offre une mesure standardisée 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 confiance en soi, ainsi qu'une posture optimiste face aux échecs. Le VK+ donne également un éclairage sur le « locus de contrôle » : un fonctionnement plus interne est généralement corrélé à un score élevé (et réciproquement). Évaluer la résilience permet également d'entrevoir le registre des stratégies d'ajustement d'un patient, qui sera moins évitant et moins passif avec un score élevé.

## Prévenir les risques psychopathologiques et les problèmes de santé.

Les personnes moins résilientes ont plus de difficultés à faire face à la maladie et aux restrictions physiques et peuvent même influencer négativement l'issue d'une thérapie, par manque de confiance en celle-ci. Un faible score au VK+ est souvent corrélé à une palette de coping lacunaire, généralement évitante et passive, et davantage émotionnelle que rationnelle.

Le VK+ est un indicateur essentiel pour repérer les profils plus vulnérables au burn-out ou au risque suicidaire; ou des personnes sujettes à un travail de deuil plus compliqué par exemple. Il permet d'appréhender précisément les ressources potentielles de vos patients afin d'orienter au mieux la prise en charge thérapeutique.