ProQOL-5

Échelle de qualité de vie professionnelle (ProQOL-5)

Le ProQOL 5 est un questionnaire d'auto-évaluation de la qualité de vie professionnelle chez les personnes exerçant une activité d'aide ou de soin. Il explore les effets positifs et négatifs du travail auprès de personnes exposées à la souffrance, au stress intense ou au traumatisme. L'outil comporte trois dimensions complémentaires : la satisfaction de compassion, le burnout et le stress traumatique secondaire. Il est largement utilisé en clinique, en supervision, en prévention des risques psychosociaux et en recherche pour repérer un retentissement professionnel lié à l'exposition répétée à la détresse d'autrui. Le ProQOL 5 ne pose pas de diagnostic, mais fournit un repérage structuré utile pour orienter l'analyse clinique, la réflexion sur les conditions de travail et les stratégies de soutien ou d'auto-soin.

Nombre de questions	30 questions
Durée estimée	10 minutes
Langue	Français
Nom original	Professional Quality of Life Scale
Public cible	Adultes aidants
Auteurs	Beth Hudnall Stamm (2009)
Catégorie	Souffrance liée au travail

Aperçu des 30 questions

Au cours des 30 derniers jours :

Je suis heureux.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Au cours des 30 derniers jours :

Je suis préoccupé par plus d'une des personnes que j'aide.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Au cours des 30 derniers jours :

Je ressens de la satisfaction à pouvoir aider les autres.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Au cours des 30 derniers jours :

Je me sens lié à autrui.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Au cours des 30 derniers jours :

Je sursaute ou suis surpris par des bruits inattendus.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

Cotations & interprétations

Chaque item est coté de 1 à 5 selon la fréquence ressentie au cours des 30 derniers jours. Le questionnaire produit trois scores distincts de 10 items : satisfaction de compassion, burnout et stress traumatique secondaire. Pour l'échelle de burnout, les items 1, 4, 15, 17 et 29 sont cotés en sens inverse avant le calcul. Les sommes brutes peuvent être interprétées avec les seuils usuels suivants pour chaque sous-échelle : 22 ou moins niveau faible, 23 à 41 niveau modéré, 42 ou plus niveau élevé. Un score élevé de satisfaction de compassion indique davantage de plaisir et de sentiment d'efficacité dans le travail d'aide. Des scores élevés de burnout ou de stress traumatique secondaire signalent un retentissement professionnel plus important et justifient une mise en perspective clinique. L'outil est un instrument de dépistage et de suivi, non un test diagnostique.

Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement | Voir tous les questionnaires

★★★★★

“Sceptique au départ, je ne peux finalement plus me passer de cet outil dans ma pratique.”

 Elodie C. - Psychologue TCC