Questionnaire sur le Processus de Rétablissement (QPR ; Neil et al., 2009)
Version Française (Munuera et al., 2024)

Consignes : Ce questionnaire a été élaboré afin de mieux comprendre le processus de rétablissement ; ce qui est bénéfique et ce qui l'est moins. Tout le monde est différent et il y aura des différences pour chacun. Les items de ce questionnaire ont été élaborés en interrogeant les usagers des services concernant leur parcours de rétablissement.

Nous espérons qu'en remplissant ce questionnaire, vous nous aiderez à obtenir des informations qui sont importantes pour vous et votre propre rétablissement. Tous les facteurs ne seront pas importants pour vous, car chacun est différent. Ce questionnaire n'est pas destiné à être utilisé pour imposer quoi que ce soit contre votre volonté. Ce questionnaire peut être un support pour échanger avec les personnes qui vous accompagnent au sujet de votre rétablissement.

Lorsque vous remplissez ce questionnaire, veuillez prendre un moment afin d'examiner et de résumer la manière dont les choses se déroulent pour vous actuellement, en particulier ces sept derniers jours, en ce qui concerne votre santé mentale ainsi que votre rétablissement.

Veuillez répondre aux affirmations suivantes, selon votre ressenti, en cochant la case qui décrit le mieux votre situation.

	Pas du tout d'accord	Pas d'accord	Ni d'accord, ni pas d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord
1. Je me sens mieux dans ma peau.					
2. Je me sens capable de saisir des opportunités dans la vie.					
3. Je suis capable de développer des relations positives avec d'autres personnes.					
4. J'ai le sentiment de faire partie de la société plus que d'être isolé(e).					
5. Je suis capable de m'affirmer.					
6. J'ai le sentiment d'avoir un but dans la vie.					
7. Mes expériences m'ont fait évoluer positivement.					
8. J'ai été en mesure de surmonter les choses qui me sont arrivées et de passer à autre chose.					
9. Au fond, je suis fortement motivé(e) pour aller mieux.					
10. Je peux reconnaître les choses positives que j'ai faites.					
11. Je suis capable de mieux me connaître.					
12. Je peux prendre ma vie en main.					
13. Je suis capable d'accéder à un soutien extérieur.					
14. Je peux peser le pour et le contre du soin psychiatrique.					
15. Mon parcours de rétablissement a permis d'apporter une vision différente aux autres sur les possibilités d'aller mieux.					
16. Je suis en mesure de donner du sens à mes expériences douloureuses.					
17. Je suis en mesure de m'engager activement dans la vie.					
18. Je peux maîtriser certains domaines de ma vie.					
19. Je peux trouver du temps pour faire des choses qui me plaisent.					

(Traduction : Munuera, C., Felix, S., M'bailara, K., Echegaray, F., Prouteau, A., Brockbank-Chasey, S., Chambon, L., Soanes, L.,
En collaboration avec le Clubhouse® Bordeaux)

Questionnaire sur le Processus de Rétablissement (QPR ; Neil et al., 2009)
Version Française (Munuera et al., 2024)

Comment utiliser le QPR-Fr ?

1) Cotation

Le QPR-Fr est composé de 19 items notés de 0 (Pas du tout d'accord) à 4 (Tout à fait d'accord).

Un score total peut être calculé en additionnant le score obtenu à chaque item : il est donc compris entre 0 et 76.

2) Interprétation

Attention ! Les items du QPR-Fr permettent de mesurer des processus psychologiques identifiés dans la littérature scientifique comme facilitant le rétablissement des personnes. Comme ces processus ne revêtent pas la même importance pour chaque individu, et ne s'expriment pas de la même manière selon les individus, un même score total peut ne pas avoir la même signification.

En revanche, le score total peut servir à objectiver pour une même personne une amélioration.

Pour citer les auteurs originaux (Neil et al., 2009) : *« Les professionnels peuvent utiliser le QPR à la fois comme un outil pour définir des objectifs/buts/aspirations et comme une mesure de ces objectifs. Les usagers impliqués dans cette étude ont suggéré que* ***le QPR ne devait pas être utilisé de manière stérile, mais plutôt comme vecteur pour faciliter la discussion au sujet de ces objectifs****. Par conséquent, le QPR pourrait être utilisé comme un outil pour aider les personnes à s'ouvrir, en leur fournissant un cadre, des idées d'objectifs vers lesquels elles pourraient se tourner, et ensuite être utilisé pour suivre leur progression et fournir des preuves de celle-ci. »*

3) Utilisation

Le QPR est conçu pour être auto-administré. Vous pouvez laisser les personnes le remplir seules, ou le faire avec elles : le mieux reste de leur demander leur préférence. Nous déconseillons fortement la complétion de ce questionnaire en l'absence des personnes concernées.

Au vu des éléments ci-avant, et des retours que nous avons eu par les personnes concernées, nous estimons que le QPR pourrait et devrait servir de support d'entretien. Il peut être implémenté en pratique clinique courante, et également servir d'indicateur d'efficacité des pratiques/accompagnements proposés dans la structure.

Attention cependant pour ce dernier point, à l'heure actuelle (décembre 2026) le QPR en langue française n'a pas démontré ses propriétés de sensibilité au changement (sa capacité à détecter un changement réel dans le temps).

Le QPR peut être utilisé dans les travaux de recherche. Le score total peut constituer un indicateur du niveau de rétablissement personnel du fait de l'unidimensionnalité de la structure factorielle de l'outil.

Remerciements

Nous remercions toutes les personnes qui ont participé de près ou de loin au développement de cette version en langue Française du QPR, notamment les membres du ClubHouse de Bordeaux, ainsi que des différentes communautés numériques sollicitées.

(Traduction : Munuera, C., Felix, S., M'bailara, K., Echegaray, F., Prouteau, A., Brockbank-Chasey, S., Chambon, L., Soanes, L.,
En collaboration avec le Clubhouse® Bordeaux)