

## VLQ - QUESTIONNAIRE DES VALEURS

Vous trouverez ci-dessous des domaines de la vie qui sont importants pour la plupart des gens. Nous nous intéressons à votre expérience subjective de votre qualité de vie dans chacun de ces domaines. Un des aspects de la qualité de vie implique l'importance que chacun accorde à ces domaines de la vie. Évaluez l'importance de chaque domaine pour vous (en entourant le chiffre qui correspond à votre réponse sur l'échelle de 1 à 10. 1 signifie que le domaine n'est pas important pour vous, et 10 qu'il est très important). Tout le monde n'accorde pas d'importance à l'ensemble de ces domaines, et personne n'accorde la même importance à chacun. Évaluez chacun de ces domaines de la vie en fonction de l'importance qu'il représente à vos yeux.

Domaine	Pas du tout important										Extrêmement important									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>1. Relations familiales (autres que mariage et parentalité)</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>2. Mariage/ couple/ relations intimes</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>3. Parentalité</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>4. Amitié/ relations sociales</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>5. Vie professionnelle</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>6. Etudes / formation</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>7. Divertissements/ loisirs</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>8. Vie spirituelle</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>9. Civisme/ citoyenneté</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>10. Santé/ Bien être</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Maintenant, nous aimerions que vous estimiez à quel point vos actes sont en accord avec l'importance que vous accordez à chaque domaine. Chacun d'entre nous est plus à l'aise dans certains domaines que dans d'autres. Nous ne vous demandons PAS d'évaluer ce que vous aimeriez faire idéalement. Nous voulons connaître votre évaluation de ce que vous avez accompli **au cours de la semaine dernière**. Évaluez chaque domaine en entourant le chiffre qui correspond à votre réponse sur l'échelle de 1 à 10. 1 signifie que vos actions n'ont pas été en accord avec l'importance que vous accordez à ce domaine, et 10, que vos actions ont été totalement en accord avec l'importance que vous lui accordez.

Domaine	Pas du tout en accord										Totalemment en accord									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>1. Relations familiales (autres que mariage et parentalité)</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>2. Mariage/ couple/ relations intimes</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>3. Parentalité</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>4. Amitié/ relations sociales</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>5. Vie professionnelle</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>6. Etudes / formation</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>7. Divertissements/ loisirs</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>8. Vie spirituelle</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>9. Civisme/ citoyenneté</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>10. Santé/ Bien être</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Version originale : Wilson, K. G., Sandoz, E. K., Kitchens, J., & Roberts, M. E. (2010). The Valued Living Questionnaire: Defining and measuring valued action within a behavioral framework. *The Psychological Record*, 60, 000-24.

Version française: JL Monestès, S Cheval, C Simon & M Villatte (jlmonestes@yahoo.fr)