

TESTS DES TEMPERAMENTS AFFECTIFS (AKISKAL – HANTOUCHE)

Veuillez répondre en indiquant par une croix dans les cases « oui » ou « non » à la question suivante

Quels sont les éléments caractéristiques de votre état d'humeur habituel ?

TEMPERAMENT HYPERTHYMIQUE (évocateur, à compter de 10 OUI)

	OUI	NON
1 – Je suis habituellement d'humeur radieuse et battante		
2 – La vie est une fête dont je jouis pleinement		
3 – J'adore raconter des anecdotes. Les gens disent que je suis blagueur(se) de nature		
4 – Je suis le genre de personnage qui n'est pas gêné(e) par les obstacles. Je pense toujours que tout finira par s'arranger		
5 – J'ai pleinement confiance en mes propres capacités et talents		
6 – Mes idées sont tellement riches que mon entourage pourrait les estimer excessives ou irréalistes		
7 – Je suis toujours en action et n'arrête jamais		
8 – Je suis plein(e) d'énergie et capable d'accomplir un travail après l'autre sans même sentir la fatigue		
9 – Je suis douée(e) pour la parole. Je sais convaincre et inspirer les autres		
10 – je suis prêt(e) à me lancer dans de nouveaux projets et de nouvelles activités que d'autres pourraient considérer comme difficiles ou risquées		
11 – Une fois que j'ai décidé d'agir, peu de choses peuvent m'empêcher d'arriver à mes fins		
12 – Je suis très à l'aise avec des gens que je connais à peine		
13 – Je recherche activement la compagnie d'autrui et à faire la fête avec eux		
14 – Je suis par nature une personne qui donne et qui dépense beaucoup pour les autres		
15 – On me dit que je m'occupe trop des autres, parfois au point de me mêler de leur vie ou de leurs affaires		
16 – J'ai de l'intérêt et des capacités dans plusieurs domaines		
17 – J'estime avoir le droit et le privilège d'agir à ma guise		
18 – Je peux être triste et gai en même temps		
19 – On me dit que je me mets facilement en colère. Les autres ne voient pas les choses comme je veux (cela peut se terminer par une dispute ou une altercation)		
20 – Mon appétit sexuel est presque toujours assez fort. J'ai besoin de liaisons sexuelles multiples		
21 – je me contente généralement de peu de sommeil		