

INSTRUCTIONS: Veuillez lire chaque énoncé soigneusement et décidez comment il vous correspond de manière générale. Veuillez répondre à tous les items. Dans les cas rares où vous n'avez jamais vécu l'expérience décrite, pensez à l'expérience la plus proche que vous avez pu avoir et donnez votre réponse. Ne laissez aucune réponse en blanc. Choisissez une seule réponse à chaque énoncé. Pour chaque réponse soyez le plus spontané possible. Choisissez parmi les 6 réponses possibles et encerclez votre réponse située à droite des énoncés.

POUR MOI

1: Tout à fait faux  
2: Relativement faux  
3: Un peu faux

4: Un peu vrai  
5: Relativement vrai  
6: Tout à fait vrai

1. Quand j'entends parler d'un nouveau film avec mon (ma) acteur (actrice) préféré(e) je suis impatient d'aller le voir. 1 2 3 4 5 6
2. J'aime prendre une profonde bouffée d'air frais quand je marche à l'extérieur. 1 2 3 4 5 6
3. L'odeur de l'herbe fraîchement coupée m'est agréable. 1 2 3 4 5 6
4. Il y a beaucoup de choses que j'attends avec impatience dans ma vie. 1 2 3 4 5 6
5. J'aime quand on me touche les cheveux. 1 2 3 4 5 6
6. Avoir hâte de vivre une expérience plaisante est agréable en soi. 1 2 3 4 5 6
7. Une tasse de café ou de thé chaud prise un matin froid m'apporte beaucoup de satisfaction. 1 2 3 4 5 6
8. Quand je pense à quelque chose de bon comme un gâteau au chocolat, il faut que j'en prenne un. 1 2 3 4 5 6
9. J'apprécie la beauté d'une chute de neige fraîche. 1 2 3 4 5 6
10. Je suis tellement excité(e) la veille des fêtes de fin d'année que j'ai du mal à dormir. 1 2 3 4 5 6
11. Quand je suis en route pour aller à un parc d'attraction j'ai hâte d'aller faire un tour de montagnes russes. 1 2 3 4 5 6
12. J'aime vraiment la sensation d'un bon baillement. 1 2 3 4 5 6
13. Prévoir de faire des choses comme aller au restaurant ne me font pas particulièrement envie. 1 2 3 4 5 6

14. J'aime le bruit de la pluie sur les fenêtres quand je suis allongé (e) sur mon lit au chaud. 1 2 3 4 5 6
15. Quand je pense à mon plat préféré je peux presque ressentir à quel point c'est bon. 1 2 3 4 5 6
16. Quand je commande quelque chose au menu j'imagine combien cela va être bon. 1 2 3 4 5 6
17. Le bruit du bois qui crépite dans la cheminée est très relaxant. 1 2 3 4 5 6
18. Quand quelque chose d'excitant se profile dans ma vie, j'ai vraiment hâte que cela arrive. 1 2 3 4 5 6