CT-TEMPS-A

# Questionnaire de cyclothymie (CT-TEMPS-A)

Le questionnaire de cyclothymie correspond à la sous-échelle cyclothymique du TEMPS-A. Il s'agit d'un auto-questionnaire bref en 21 items oui/non destiné au repérage du tempérament cyclothymique, c'est-à-dire d'une instabilité durable de l'humeur, de l'énergie, du sommeil, de l'estime de soi et de la réactivité émotionnelle. En pratique clinique, il aide à orienter l'entretien lorsqu'il existe une variabilité affective marquée, une impulsivité, des oscillations thymiques récurrentes ou une suspicion de bipolarité atténuée derrière des tableaux de dépression récurrente, d'anxiété ou de traits borderline. Son intérêt principal est le dépistage et la structuration de l'évaluation clinique, pas le diagnostic à lui seul.

| | |
|---|---|
| Nombre de questions | 21 questions |
| Durée estimée | 5 minutes |
| Langue | Français |
| Nom original | TEMPS-A Cyclothymic Temperament Subscale |
| Public cible | Adolescent et adulte |
| Auteurs | Élie G. Hantouche, Frédéric Kochman, Hagop S. Akiskal (2001) |
| Catégorie | Troubles de l'humeur |

## Aperçu des 21 questions

Ma capacité à réfléchir varie beaucoup, de vive à lente, sans raison apparente.

Oui Non

Je passe constamment de plein(e) d'entrain à apathique.

Oui Non

J'ai des changements brusques d'humeur et d'énergie.

Oui Non

Mon humeur change souvent sans raison.

Oui Non

J'alterne entre être sociable et me replier sur moi-même.

Oui Non

### 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

Coter 1 point pour chaque réponse Oui ou Vrai et 0 point pour chaque réponse Non ou Faux, puis additionner les 21 items pour obtenir un score total de 0 à 21. Un score de 10 ou plus suggère la présence d'un tempérament cyclothymique cliniquement significatif et justifie une exploration approfondie du spectre bipolaire et de la régulation émotionnelle. L'interprétation doit toujours être replacée dans l'anamnèse, la durée des fluctuations, le retentissement fonctionnel et le diagnostic différentiel.


## 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