TEPS

Échelle d’expérience temporelle du plaisir (TEPS)

Le TEPS est un questionnaire d’auto-évaluation bref qui mesure la capacité habituelle à éprouver du plaisir selon deux dimensions complémentaires : le plaisir anticipatoire, lié à l’attente d’une expérience agréable, et le plaisir consommatoire, lié au plaisir ressenti pendant l’expérience elle-même. Il est particulièrement utile pour l’évaluation de l’anhédonie et pour affiner la compréhension du fonctionnement hédonique dans la dépression, les troubles psychotiques et d’autres tableaux associant baisse de motivation, perte d’intérêt ou diminution du plaisir. Sa structure simple permet un usage clinique, psychométrique et de suivi, en complément de l’entretien et d’autres échelles symptomatiques.

Nombre de questions	18 questions
Durée estimée	5 minutes
Langue	Français
Nom original	Temporal Experience of Pleasure Scale
Public cible	Adolescent et adulte
Auteurs	David E. Gard, Marja Germans Gard, Ann M. Kring, Oliver P. John (2006)
Catégorie	Dépression

Aperçu des 18 questions

Quand j'entends parler d'un nouveau film avec mon (ma) acteur (actrice) préféré(e) je suis impatient d'aller le voir.

Tout à fait faux pour moi | Relativement faux pour moi | Un peu faux pour moi | Un peu vrai pour moi | Relativement vrai pour moi | Tout à fait vrai pour moi

J'aime prendre une profonde bouffée d'air frais quand je marche à l'extérieur.

Tout à fait faux pour moi | Relativement faux pour moi | Un peu faux pour moi | Un peu vrai pour moi | Relativement vrai pour moi | Tout à fait vrai pour moi

L'odeur de l'herbe fraîchement coupée m'est agréable.

Tout à fait faux pour moi | Relativement faux pour moi | Un peu faux pour moi | Un peu vrai pour moi | Relativement vrai pour moi | Tout à fait vrai pour moi

Il y a beaucoup de choses que j'attends avec impatience dans ma vie.

Tout à fait faux pour moi | Relativement faux pour moi | Un peu faux pour moi | Un peu vrai pour moi | Relativement vrai pour moi | Tout à fait vrai pour moi

J'aime quand on me touche les cheveux.

Tout à fait faux pour moi | Relativement faux pour moi | Un peu faux pour moi | Un peu vrai pour moi | Relativement vrai pour moi | Tout à fait vrai pour moi

Cotations & interprétations

Chaque item est coté de 1 à 6, de très faux pour moi à très vrai pour moi. L'item 7 est coté en sens inverse. On calcule un score total après recodage, ainsi que deux sous scores : plaisir anticipatoire sur 10 items et plaisir consommatoire sur 8 items. Des scores plus élevés traduisent une plus grande capacité à éprouver du plaisir et donc un niveau plus faible d'anhédonie. L'interprétation se fait surtout à partir du profil entre les deux dimensions, du contexte clinique et de l'évolution des scores dans le temps, car il n'existe pas de seuil diagnostique universel de référence.