TEPS

Skala för temporal upplevelse av njutning (TEPS)

TEPS är ett kort självskattningsformulär som mäter den vanliga förmågan att uppleva njutning längs två kompletterande dimensioner: föregripande njutning, kopplad till att se fram emot en behaglig upplevelse, och konsumtorisk njutning, kopplad till njutningen under själva upplevelsen. Det är särskilt användbart för att bedöma anhedoni och fördjupa förståelsen av det hedoniska fungerandet vid depression, psykossjukdomar och andra kliniska bilder med nedsatt motivation, förlorat intresse eller minskad njutning. Den enkla strukturen möjliggör klinisk, psykometrisk och uppföljande användning, tillsammans med intervjun och andra symtomskalor.

Antal frågor	18 frågor
Beräknad tid	5 minuter
Språk	Svenska
Originalnamn	Temporal Experience of Pleasure Scale
Målgrupp	Ungdomar och vuxna
Författare	David E. Gard, Marja Germans Gard, Ann M. Kring, Oliver P. John (2006)
Kategori	Depression

Förhandsgranskning av de 18 frågorna

När jag hör talas om en ny film med min favoritskådespelare kan jag inte vänta med att se den.

Mycket osant om mig | Ganska osant om mig | Något osant om mig | Något sant om mig | Ganska sant om mig | Mycket sant om mig

Jag tycker om att ta ett djupt andetag frisk luft när jag går ut.

Mycket osant om mig | Ganska osant om mig | Något osant om mig | Något sant om mig | Ganska sant om mig | Mycket sant om mig

Jag tycker om doften av nyklippt gräs.

Mycket osant om mig | Ganska osant om mig | Något osant om mig | Något sant om mig | Ganska sant om mig | Mycket sant om mig

Jag ser fram emot många saker i mitt liv.

Mycket osant om mig | Ganska osant om mig | Något osant om mig | Något sant om mig | Ganska sant om mig | Mycket sant om mig

Jag älskar när någon leker med mitt hår.

Mycket osant om mig | Ganska osant om mig | Något osant om mig | Något sant om mig | Ganska sant om mig | Mycket sant om mig

Poängsättning och tolkning

Varje påstående skattas från 1 till 6, från ”stämmer inte alls för mig” till ”stämmer helt för mig”. Påstående 7 poängsätts omvänt. En totalpoäng beräknas efter omkodning, liksom två delskalepoäng: föregripande njutning med 10 påståenden och konsumtorisk njutning med 8 påståenden. Högre poäng speglar större förmåga att uppleva njutning och därmed lägre nivå av anhedoni. Tolkningen bygger främst på profilen över de två dimensionerna, det kliniska sammanhanget och hur poängen förändras över tid, eftersom det inte finns något universellt diagnostiskt referensgränsvärde.