

ANNEXE 4

Echelle de Niveau Optimal de Stimulation

Annexe 4

Enoncés
1. Je pense qu'une forte volonté a plus de valeur qu'une imagination bien développée.
2. J'aime lire les articles de journaux sur les meurtres et autres formes de violence.
3. J'aime me conforter aux coutumes et éviter de faire des choses que les personnes que je respecte pourraient considérer comme non conventionnelles.
4. J'aime bien la corrida
5. Je préfère passer des vacances dans mon pays où je suis sûr qu'elles seront bonnes, que dans des pays étrangers qui sont différents et pittoresques.
6. Je prends du plaisir à avoir des attitudes et comportements non-conformistes.
7. Je préférerais avoir un emploi avec un salaire modeste mais garantissant une certaine sécurité qu'un emploi avec des gains importants mais incertain.
8. J'aime me sentir libre et faire ce que je veux
9. J'aime suivre des instructions et faire ce que l'on attend de moi.
10. Parce que je m'ennuie facilement, j'ai besoin de beaucoup de stimulation et de distraction.
11. J'aime bien terminer ce que je fais avant de commencer autre chose.
12. J'aime être indépendant des autres en décidant ce que je veux faire.
13. On me décrit souvent comme une personne qui cherche ses propres solutions plutôt que d'agir selon des règles conventionnelles.
14. Je préfère les formes symétriques aux formes asymétriques.
15. Je fais souvent ce qui me rend heureux sur le moment, sans prendre en compte des objectifs plus lointains.
16. Je peux avoir des amis qui font des choses que je n'apprécie pas.
17. J'ai tendance à agir de façon impulsive.
18. J'aime faire un travail routinier et machinal.
19. On me considère comme une personne très imprévisible.
20. Je pense que la société devrait adopter de nouvelles coutumes et tirer un trait sur les vieilles traditions.
21. Je préfère passer la majeure partie de mon temps libre avec ma famille.
22. Lors de voyages à l'étranger, je préfère partir en séjours organisés que de programmer moi-même les sites à visiter.
23. J'aime bien être entouré de personnes heureuses.
24. J'aime bien voyager et vivre dans des endroits différents.
25. Je pense que ce dont le monde a besoin est des citoyens plus solides plutôt que des idéalistes ayant des projets pour un monde meilleur.
26. J'ai plusieurs passe-temps et centres d'intérêt.
27. J'évite les situations dans lesquelles je dois faire des choses conventionnelles.
28. J'apprécie une vie organisée sans grands chamboulements
29. J'aime faire toujours les mêmes choses plutôt que d'essayer des activités nouvelles et différentes.
30. Je voudrais chasser le lion en Afrique.
31. Dans de nombreuses activités, je m'ennuie très rapidement.
32. Je pense que ce n'est pas une bonne idée de trop réfléchir.
33. Je respecte toujours cette règle : le travail avant le plaisir.
34. J'ai l'esprit joueur.
35. J'ai presque toujours un besoin maladif d'excitation.
36. J'aime faire des choses audacieuses et téméraires, uniquement par plaisir.
37. Je me considère comme une personne efficace et appréciant le travail.
38. J'aime bien me démarquer par mon style vestimentaire.
39. Je ne peux me concentrer longtemps.
40. J'aime bien défendre mon opinion, même si le sujet n'est pas important.
41. Cela m'ennuie si les gens me considèrent comme une personne trop peu conventionnelle ou bizarre.
42. Je me considère comme doué d'un grand sens pratique.
43. Je ne prends jamais de médicaments seul, sans que le médecin ne me les prescrive.
44. De temps en temps, j'aime m'échapper complètement de mon travail et de tout ce qui pourrait me le rappeler.
45. J'ai souvent été très inquiet de quitter ma famille.
46. Mes parents ont souvent désapprouvé mes amis.
47. Il y a des domaines dans lesquels je suis enclin à agir subitement.
48. Je préfère être un travailleur stable et sérieux qu'un travailleur brillant mais instable.
49. Je suis quelqu'un de réfléchi et méthodique plutôt qu'impulsif.
50. Cela m'ennuie d'avoir à attendre quelqu'un.

Annexe 4

51. Je deviens fou assez rapidement, et cela me passe facilement.
52. J'ai du mal à garder mon esprit concentré sur un sujet, même si ce dernier m'intéresse beaucoup.
53. Pour moi, le fait de planifier ses activités à l'avance, revient à retirer à la vie la majorité des plaisirs.
54. J'apprécie les soirées où il y a beaucoup de joie et d'ambiance.
55. J'apprécie beaucoup d'activités sociales.
56. J'aime trouver des idées différentes ou inhabituelles pour expliquer les événements quotidiens.
57. Je recherche la joie et l'amusement.
58. Dans la routine quotidienne, j'apprécie la joie et le changement.
59. Un travail qui offre changements, variété et déplacements me convient bien, même si cela implique un certain risque.
60. Dans mon emploi, j'apprécie le changement constant dans le type de tâches à réaliser.
61. J'ai envie de découvrir le Monde et ne suis pas heureux quand je n'ai pas vagabondé et voyagé.
62. Il m'arrive d'être tellement agité, que je ne peux même pas m'asseoir sur une chaise.
63. J'aime voyager et voir du pays.
64. J'aime bien planifier mes activités et respecter mon programme.
65. J'aime être le centre de l'attention au sein d'un groupe.
66. Quand je m'ennuie, j'aime provoquer des activités excitantes.
67. Il m'arrive de m'ennuyer dans mon travail.
68. Je suis admiratif quand une personne est tellement motivée qu'elle réussit plus qu'une personne brillamment intelligente.
69. Je préfère un emploi qui me permette de devenir expert dans un domaine, qu'un emploi qui remette constamment mes compétences en cause.
70. J'aime finir ce que je commence.
71. Je me sens mieux quand je cède et évite une opposition, que si j'essayais d'avoir raison.
72. Je n'aime pas ce qui est incertain et imprévisible.
73. Je suis connu comme un gros travailleur.
74. Le travail de correspondant étranger pour un journal me conviendrait.
75. J'ai parfois envie de quitter ma maison.
76. Mes centres d'intérêt changent assez rapidement.
77. Je suis constamment à la recherche d'idées et d'expériences nouvelles.
78. J'aime changer sans arrêt d'activités.
79. J'ai souvent des idées brillantes sur plein de sujets, mais impossibles à mettre en pratique.
80. J'aime être excité.
81. Je pense qu'une personne ne peut pas être trop prudente.
82. J'évite les tâches qui impliquent patience et persistance.
83. Souvent, je me mets dans tous mes états à propos d'un projet, et ma motivation retombe tout aussi rapidement.
84. Je préfère conduire en dessous de la vitesse autorisée qu'au-dessus.
85. La majeure partie des gens m'ennuie.
86. J'aime me retrouver dans des situations dans lesquelles je peux explorer toutes les possibilités.
87. Je préfère les personnes et les lieux qui me sont familiers.
88. Lorsque quelque chose m'ennuie, je trouve autre chose qui ne m'est pas familier.
89. Lorsque je n'aime pas quelque chose, je le fais savoir.
90. Je préfère une vie routinière à une vie pleine d'imprévus et de chamboulements.
91. Je pense que les gens devraient éviter les comportements et situations qui attirent une grande attention sur eux.
92. Je suis pleinement satisfait de ma vie actuelle.
93. Je voudrais être absent de mon travail (école), plus souvent que je ne suis actuellement.
94. Il m'arrive d'avoir envie de quitter mon domicile juste pour explorer le monde.
95. Ma vie est pleine de changements parce que je le décide.