

TEST D'HYPERSENSIBILITÉ (+/- 12)

OUI NON

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je suis conscient(e) des subtiles nuances de mon environnement |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | L'humeur des autres me touche |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je suis très sensible à la douleur |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | J'ai besoin de me retirer lors de moments frénétiques dans un endroit tranquille |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je suis particulièrement sensible aux effets de la caféine |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je suis facilement gêné(e) par les lumières violentes, les odeurs fortes, les sirènes proches... |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | J'ai une vie intérieure riche et complexe |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Le bruit me dérange |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Les arts et la musique suscitent en moi une émotion profonde |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | je suis une personne consciencieuse |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je sursaute facilement |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je m'énerve lorsque j'ai beaucoup à faire en peu de temps |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Lorsque les autres se sentent mal à l'aise dans leur environnement matériel, je sais ce qu'il faut faire pour les soulager (éclairage, confort...) |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je perds les pédales lorsqu'on essaie de me faire faire trop de choses à la fois |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | J'essaie vraiment de ne pas commettre des erreurs ou des oublis |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je fais en sorte d'éviter les films et les émissions qui contiennent des scènes de violence |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je m'énerve lorsque beaucoup de choses se passent autour de moi |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | La faim provoque en moi une forte réaction, perturbe ma concentration et mon humeur |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Les changements qui se produisent dans ma vie m'ébranlent |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je remarque et j'apprécie les parfums et les goûts délicats, les bruits doux, les subtiles oeuvres d'art... |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Je fais tout mon possible pour éviter les situations inquiétantes ou perturbatrices |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Lorsque je dois rivaliser avec d'autres, ou lorsqu'on m'observe dans mon travail, je perds mon sang froid, et optiens un résultat moins bon que si j'avais été seul(e) |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Lorsque j'étais enfant, mes parents ou mes professeurs semblaient me considérer comme sensible ou timide |