

ANPS

The Affective Neuroscience Personality Scale

Institut for PersonlighedsTeori og Psykopatologi
og
Psykiatrisk Forskningsenhed, Region Sjælland

ANPS

Affective Neuroscience Personality Scale

Copyright © 2004, Kenneth L. Davis, PhD, Jaak Panksepp, PhD, Pegasus International, Inc.

All rights reserved

Med forfatterens tilladelse oversat af

Rune Andersen, Erik Simonsen, Ulrik Haahr og Morten Hesse

Spørgeskemaet må *kun* anvendes til videnskabeligt brug og efter aftale med Rune Andersen

2012

Instruktion

Sæt cirkel om det svar, der passer bedst på dig.

Navn _____

Fødselsdato _____ Alder _____

Mand Kvinde

Testdato _____

Evt. projektkode _____

1=meget uenig
2=uenig
3=enig
4=meget enig

1	Næsten hvert lille problem eller gåde stimulerer min interesse	1	2	3	4
2	Folk som kender mig godt, ville sige, at jeg er en ængstelig person	1	2	3	4
3	Jeg føler ofte et stærkt behov for at drage omsorg for andre	1	2	3	4
4	Når jeg er frustreret, bliver jeg for det meste vred	1	2	3	4
5	Jeg er en person, som har let ved at more mig og ler meget	1	2	3	4
6	Jeg føler mig ofte trist	1	2	3	4
7	At føle en samhørighed med Skabelsen hjælper med til at give mere mening til mit liv	1	2	3	4
8	Jeg kan godt lide at være den i gruppen, som tager beslutningerne	1	2	3	4
9	Jeg får ikke meget glæde ud af at se frem til særlige begivenheder	1	2	3	4
10	Jeg er sjældent urolig og nervøs	1	2	3	4
11	Jeg synes den måde, hvorpå nogen mennesker bærer rundt på dyreunger er latterlig	1	2	3	4
12	Jeg forbliver aldrig irriteret på nogen i lang tid	1	2	3	4
13	Mine venner ville sandsynligvis beskrive mig som værende for alvorlig	1	2	3	

1=meget uenig
2=uenig
3=enig
4=meget enig

14	Jeg lader til at blive meget lidt påvirket af personlig afvisning	1	2	3	4
15	At føle mg som en del af Skabelsen er ikke en vigtig kilde til mening i mit liv	1	2	3	4
16	Jeg vil gerne sladre lidt af og til	1	2	3	4
17	Jeg glæder mig virkelig ved at se frem til nye erfaringer	1	2	3	4
18	Jeg tænker ofte over, hvad jeg skulle have gjort efter, efter at muligheden er væk	1	2	3	4
19	Jeg kan lide at tage mig af børn	1	2	3	4
20	Mine venner ville sandsynligvis beskrive mig som hidsig	1	2	3	4
21	Jeg er kendt for at gøre arbejdet morsomt	1	2	3	4
22	Jeg har ofte følelsen af, at jeg vil græde	1	2	3	4
23	Jeg er ofte åndeligt berørt af skønheden i Skabelsen	1	2	3	4
24	Jeg undgår normalt aktiviteter, hvor jeg vil være i centrum for opmærksomheden	1	2	3	4
25	Jeg er normalt ikke meget nysgerrig	1	2	3	4
26	Jeg vil ikke beskrive mig selv som en, der bekymrer sig	1	2	3	4

1=meget uenig
2=uenig
3=enig
4=meget enig

27	At pleje en syg person ville være en byrde for mig	1	2	3	4
28	Jeg kan ikke huske et tidspunkt, hvor jeg blev så vred, at jeg ville ødelægge noget	1	2	3	4
29	Jeg bryder mig generelt ikke om energiske lege eller spil, der kræver fysisk kontakt	1	2	3	4
30	Jeg bliver sjældent ked af det	1	2	3	4
31	Jeg er sjældent afhængig af åndelig inspiration til at hjælpe mig med at klare vigtige udfordringer	1	2	3	4
32	Jeg fortæller altid sandheden	1	2	3	4
33	At lede efter et svar er lige så fornøjeligt som at finde løsningen	1	2	3	4
34	Jeg kan ofte ikke falde direkte i søvn, fordi noget bekymrer mig	1	2	3	4
35	Jeg elsker at være i nærheden af dyreunger	1	2	3	4
36	Når jeg bliver vred, føler jeg ofte, at jeg har lyst til at bande	1	2	3	4
37	Jeg kan lide at spøge med andre mennesker	1	2	3	4
38	Jeg føler mig ofte ensom	1	2	3	4
39	For mig er det at opleve en sammenhæng med alt levende en vigtig inspirationskilde	1	2	3	4

1=meget uenig
2=uenig
3=enig
4=meget enig

40	Når jeg spiller spil, er det vigtigt for mig at vinde	1	2	3	4
41	Jeg føler sjældent iver eller forventning	1	2	3	4
42	Jeg frygter meget få ting i mit liv	1	2	3	4
43	Jeg kan ikke specielt godt lide at være i nærheden af børn	1	2	3	4
44	Når jeg er frustreret, bliver jeg sjældent vred	1	2	3	4
45	Jeg kan ikke lide humor, der bliver virkelig dum	1	2	3	4
46	Jeg får aldrig hjemve	1	2	3	4
47	For mig er åndelighed ikke nogen primær kilde til indre fred eller harmoni	1	2	3	4
48	Af og til føler jeg lyst til at bande	1	2	3	4
49	Jeg nyder forventningen og det at arbejde mod et mål lige så meget som det at nå målet	1	2	3	4
50	Af og til kan jeg ikke holde op med at bekymre mig over mine problemer	1	2	3	4
51	Jeg føler mig ofte blød om hjertet over for herreløse dyr	1	2	3	4
52	Når nogen gør mig vred, har jeg en tendens til at forblive rasende i lang tid	1	2	3	4

1=meget uenig
 2=uenig
 3=enig
 4=meget enig

53	Mennesker, som kender mig, vil sige, at jeg er en person, som kan lide at have det sjovt	1	2	3	4
54	Jeg tænker ofte på personer, som jeg har elsket, som ikke længere er sammen med mig	1	2	3	4
55	Refleksion over åndelige spørgsmål fylder mig ofte med en følelse af intens ærefrygt og mulighed	1	2	3	4
56	Hvis mine ligemænd klarede sig bedre end mig, ville jeg stadig være glad, hvis jer er tæt på at have nået mine mål	1	2	3	4
57	Jeg er normalt ikke interesseret i at løse problemer og gåder bare i den hensigt at løse dem	1	2	3	4
58	Mine venner ville sige, at der skal meget til at skræmme mig	1	2	3	4
59	I det store og hele ville jeg betragte kæledyr i mit hjem for at være til mere besvær end de er værd	1	2	3	4
60	Folk, som kender mig godt, ville sige, at jeg stort set aldrig bliver vred	1	2	3	4
61	Jeg kan ikke specielt godt lide at fjollerundt og udveksle vittigheder	1	2	3	4
62	Jeg bliver ikke specielt trist, når venner eller familiemedlemmer tager afstand fra mig	1	2	3	4
63	Min fornemmelse af betydning og formål i livet kommer ikke fra mine åndelige overbevisninger	1	2	3	4
64	Jeg har aldrig "spillet syg" for at komme ud af noget	1	2	3	4
65	Min nysgerrighed driver mig til at gøre ting	1	2	3	4

1=meget uenig
2=uenig
3=enig
4=meget enig

66	Jeg bekymrer mig ofte om fremtiden	1	2	3	4
67	Jeg har ondt af de hjemløse	1	2	3	4
68	Jeg har en tendens til at blive irriteret, hvis nogen forsøger at hindre mig i at gøre det, jeg vil	1	2	3	4
69	Jeg er meget legesyg	1	2	3	4
70	Jeg har en tendens til ofte at tænke på at miste dem, jeg holder af	1	2	3	4
71	Følelsen af samhørighed med resten af menneskeheden motiverer mig til at tage mere etiske valg	1	2	3	4
72	Når jeg spiller spil, har jeg ikke noget imod at tabe	1	2	3	4
73	Jeg føler sjældent behov for bare at gå ud og udforske ting	1	2	3	4
74	Der er meget få ting, der gør mig ængstelig	1	2	3	4
75	Jeg kan ikke lide at føle, at andre har "behov" for mig	1	2	3	4
76	Jeg bliver sjældent så vred, at jeg ønsker at slå nogen	1	2	3	4
77	Jeg har en tendens til ikke at se humoren i ting, som mange mennesker ser på som morsomt	1	2	3	4
78	Jeg har sjældent en følelse af at være tæt på at græde	1	2	3	4

1=meget uenig
 2=uenig
 3=enig
 4=meget enig

79	De mål, jeg sætter for mig selv, er ikke påvirket af min åndelighed	1	2	3	4
80	Der har været tidspunkter i mit liv, hvor jeg har været bange for mørket	1	2	3	4
81	Når som helst, jeg er et nyt sted, kan jeg altid lide at udforske området og få en bedre fornemmelse af mine omgivelser	1	2	3	4
82	Jeg bekymrer mig ofte over, hvorvidt jeg tager den rigtige beslutning	1	2	3	4
83	Jeg er den slags person, som kan lide at røre og kramme folk	1	2	3	4
84	Når tingene ikke går, som jeg vil, får jeg af og til behov for at sparke eller slå noget	1	2	3	4
85	Jeg kan lide al slags leg, også dem der indebærer fysisk kontakt	1	2	3	4
86	Jeg føler mig ofte ulykkelig, når jeg ikke kan være sammen med mine venner eller dem, jeg holder af	1	2	3	4
87	Åndelig inspiration hjælper mig til at overskride mine begrænsninger	1	2	3	4
88	Jeg er ikke tilfreds, førend jeg er foran mine ligemænd	1	2	3	4
89	Jeg er ikke den type person, som kan lide at undersøge og udforske problemer	1	2	3	4
90	Jeg bekymrer mig sjældent om min fremtid	1	2	3	4
91	Jeg ønsker egentlig ikke, at mennesker skal være følelsesmæssigt tæt på mig	1	2	3	4

1=meget uenig
2=uenig
3=enig
4=meget enig

92	Jeg bliver næsten aldrig så vred på nogen, at jeg får lyst til at skrige af dem	1	2	3	4
93	Jeg beder sjældent andre mennesker om at være sammen med mig til sjove aktiviteter	1	2	3	4
94	Jeg tænker sjældent på mennesker eller relationer, jeg har mistet	1	2	3	4
95	Mine valg ledes ikke af en fornemmelse af forbundethed med alt liv	1	2	3	4
96	Jeg har aldrig fortalt en løgn med vilje	1	2	3	4
97	Jeg føler det ofte, som om jeg kunne opnå næsten hvad som helst	1	2	3	4
98	Jeg føler mig ofte nervøs og har svært ved at slappe af	1	2	3	4
99	Jeg er en person, som i stærk grad kan føle smerte hos andre	1	2	3	4
100	Af og til kan små ejendommelige ting, som andre mennesker gør, virkelig gå mig på nerverne	1	2	3	4
101	Jeg ser på livet som fyldt med muligheder for at have det sjovt	1	2	3	4
102	Jeg er en person, som i stærk grad føler smerten fra mine personlige tab	1	2	3	4
103	Når jeg arbejder med et projekt, kan jeg lide at have autoritet over andre	1	2	3	4
104	At blive forlegen eller at se dum ud er blandt mine værste bekymringer	1	2	3	4

1=meget uenig
2=uenig
3=enig
4=meget enig

105	Jeg er ikke nogen ekstremt nysgerrig person	1	2	3	4
106	Jeg mister næsten aldrig søvn over at bekymre mig om ting	1	2	3	4
107	Jeg er ikke særlig kærligt anlagt	1	2	3	4
108	Når mennesker irriterer mig, føler jeg sjældent trang til at sige væmmelige ting til dem	1	2	3	4
109	At spille spil med andre mennesker er ikke særligt underholdende for mig	1	2	3	4
110	Det ville ikke genere mig at tage på ferie væk fra familie og venner	1	2	3	4
111	At stræbe efter at være bedre end mine ligemænd er ikke vigtigt for mig	1	2	3	4
112	Frygt for forlegenhed får mig ofte til at undgå ting eller tale med andre	1	2	3	4

/dmo 2012