

# Workshop sur les Tempéraments Affectifs

**Dr Elie Hantouche**

**Anxiety & Mood Center, CTAH, Paris**

**[www.ctah.eu](http://www.ctah.eu)**



**SFAX – 1 Mai 2014**



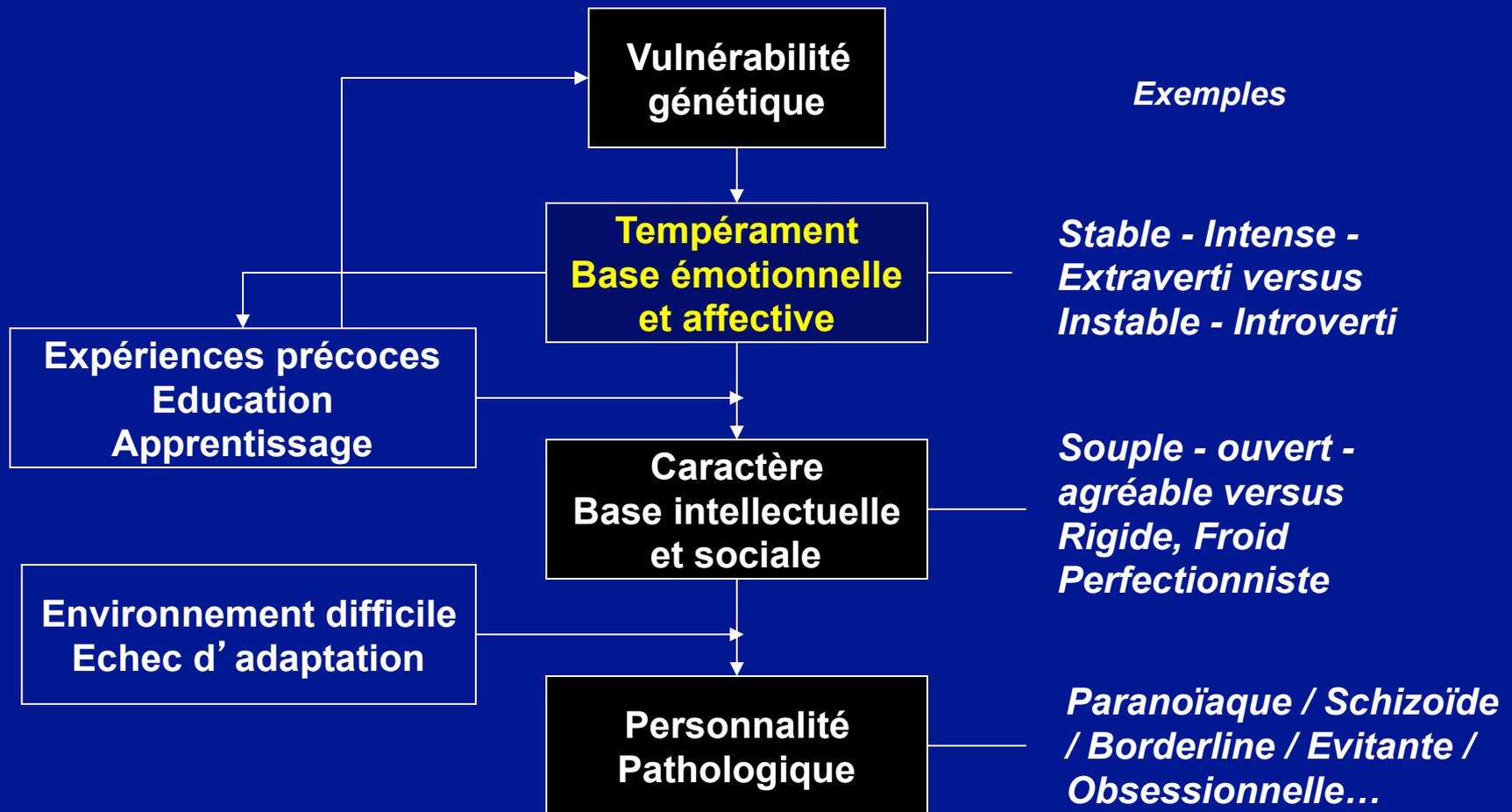
Dr Elie Hantouche

# Les tempéraments affectifs

L'architecture naturelle  
de nos émotions



# Tempérament - Caractère - Personnalité Pathologique





L'approche constitutionnelle ou des tempéraments dérive de l'ancienne théorie « humorale ». Le caractère dépend du type de fluide prédominant dans l'organisme. Hippocrate a classé les tempéraments de base selon les fluides qui coulaient des blessures et des vomissements

# Tempéraments

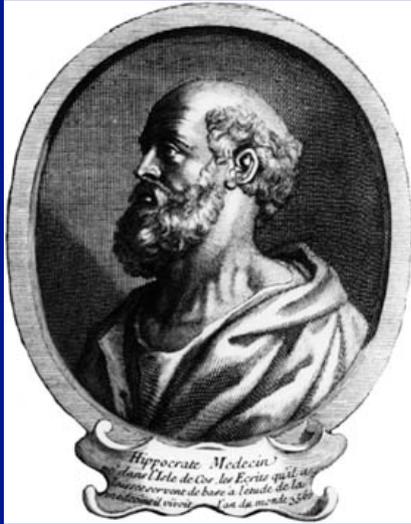


La fresque de Lavater  
dans la crypte de la cathédrale d'Anagni

# Approche Hippocratique

- **Délicatesse**
  - Observation minutieuse et complète des humeurs (dominance, abondance, mixtures, mutations...)
  - Analyse des interactions entre le style tempéramental et l'environnement
  - Elaboration de remèdes adaptés à chaque configuration
  - Médecine basée sur le respect de la Nature de l'Homme
- **Modernité** (au cœur des thérapies modernes)





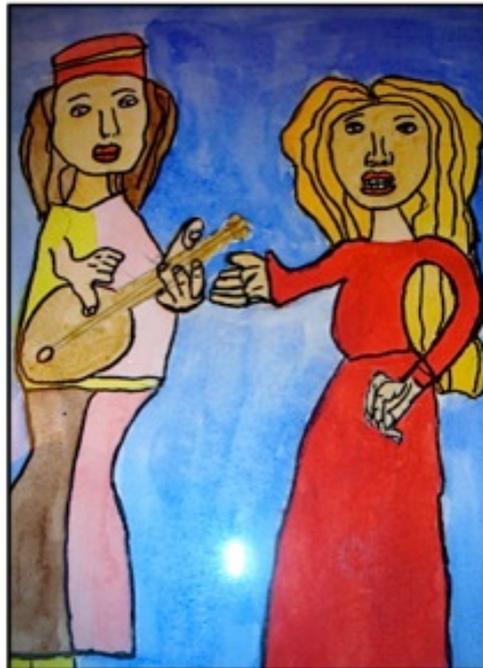
## Traitement de la Bipolarité : Hippocrate versus Galien



**Selon Hippocrate**, c'est la nature qui guérit et le rôle du médecin est de favoriser la tâche de la nature : règles de diète, exercices, style de vie, vin (avec modération !).

**Selon Galien**, c'est la nature qui est la source des maladies et le rôle du médecin est de combattre cette nature pathologique.

# Tempéraments basiques



# Origine des Tempéraments Affectifs

| Tempérament (Historique)   | Fluide     | Traits               | Tempérament (actuel) |
|--|------------|----------------------|----------------------|
| Mélancolique   | Bile noire | Sombre<br>Pessimiste | Dépressif            |
| Lymphatique  | Lymphes    | Lent<br>Froid        | Non répertorié       |
| Bilieux  | Bile jaune | Coléreux<br>Amer     | Irritable            |
| Sanguin  | Sang       | Vif<br>Emotif        | Hyperthymique        |
| Pas de correspondance historique pour le Tempérament Cyclothymique |            |                      |                      |

## Bio-tempérament selon Braverman

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <p><b>Dopamine</b></p> <p>Intuitif cérébral - extraverti, « <i>que la force soit avec toi</i> »</p> | <p><b>Sérotonine</b></p> <p>Sensible spontané « <i>vivre en expérimentant</i> »</p> | <p><b>Gaba</b></p> <p>Méthodique sensible « <i>toujours tenir parole</i> »</p> | <p><b>Acétylcholine</b></p> <p>Intuitif émotionnel « <i>toujours faire de son mieux</i> »</p> |
|---|---|--|---|

## Couleur dominante de la personnalité selon Ritberger

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
| <p><b>Rouge</b></p> <p>Efficace, organisé, compétitif, rangé, leader naturel</p> | <p><b>Vert</b></p> <p>Rêveur, imaginatif, changeant, caméléon</p> | <p><b>Orange</b></p> <p>Sensible, dévoué, changeant, Aidant naturel</p> | <p><b>Jaune</b></p> <p>Penseur, sceptique, indépendant, tenace, solutionneur</p> |
|--|---|---|--|

## Tempérament enfants selon Sheldon

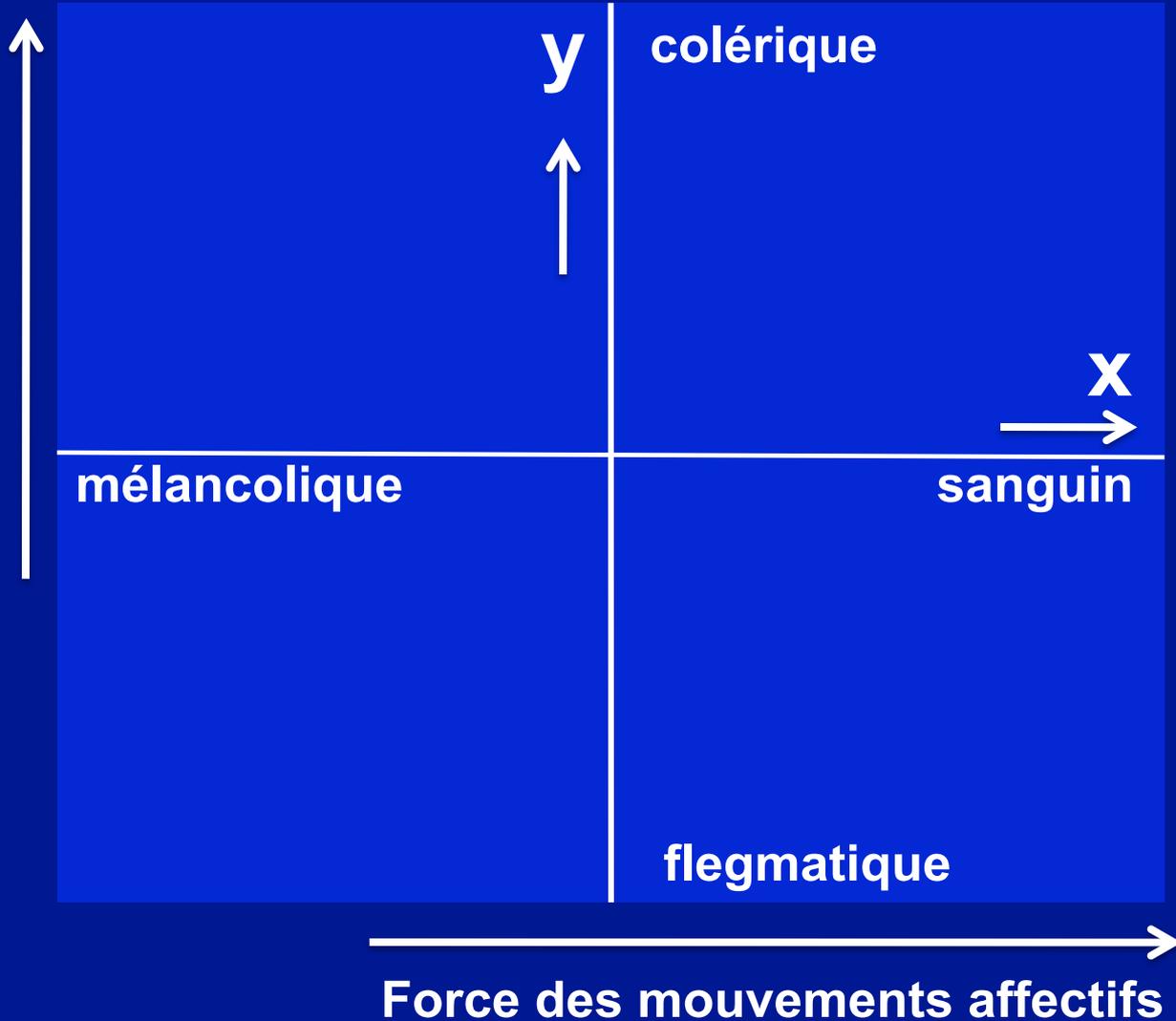
|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <p><b>Actif</b></p> <p>Ardeur, passion, détermination, besoin d'action</p> | <p><b>Sensitif</b></p> <p>Grande réceptivité, besoin d'équilibre, individualité</p> | <p><b>Emotif</b></p> <p>Peur de la séparation, quête d'affection</p> | <p><b>Rationnel</b></p> <p>Ordre, discipline, souci de bien faire, auto-exigence</p> |
|--|---|--|--|

## Tempérament affectif adultes selon Akiskal

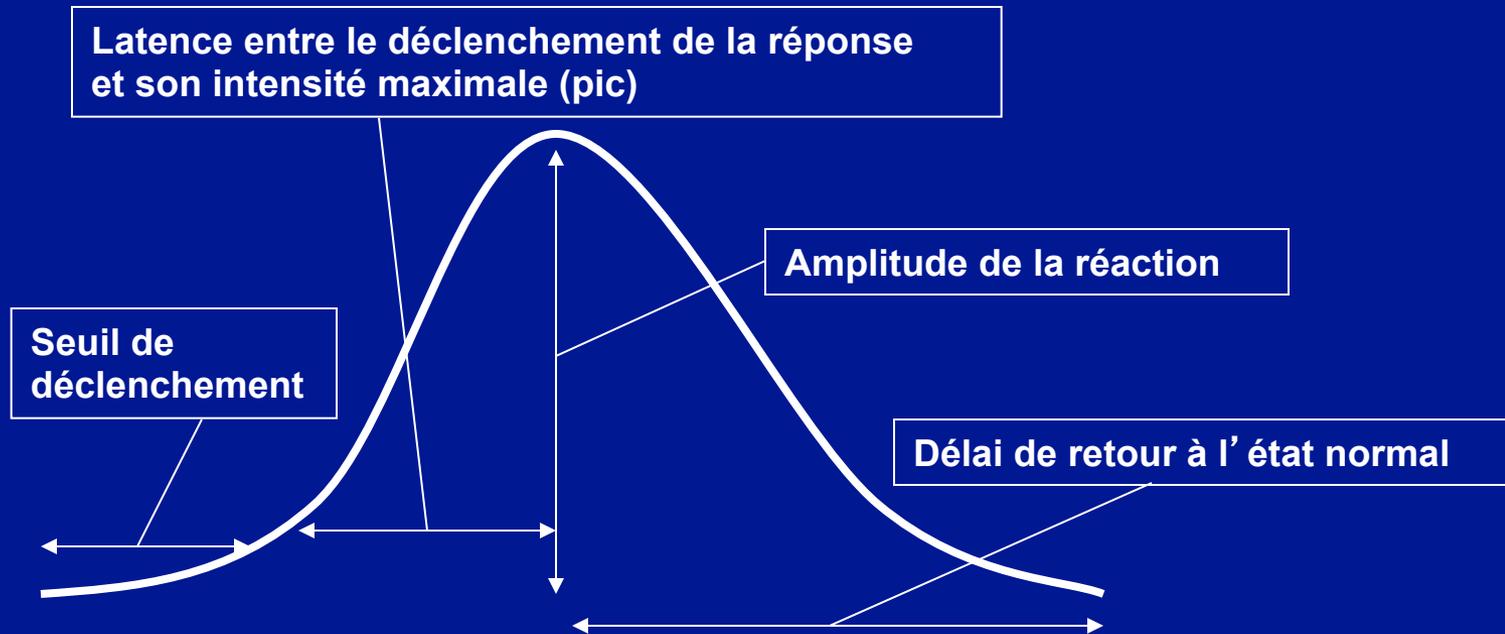
|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| <p><b>Hyperthymique</b><br/>(excès dopamine = extraversion, sociabilité)</p> | <p><b>Dépressif</b><br/>(déficit sérotonine = névrosisme, impulsivité)</p> | <p><b>Cyclothymique</b><br/>(déficit Gaba = instabilité, versatilité émotionnelle)</p> | <p><b>Irritable</b><br/>(déficit acétylcholine = originalité; rigidité, solitude)</p> |
|--|--|--|---|

# Tempéraments selon Wundt

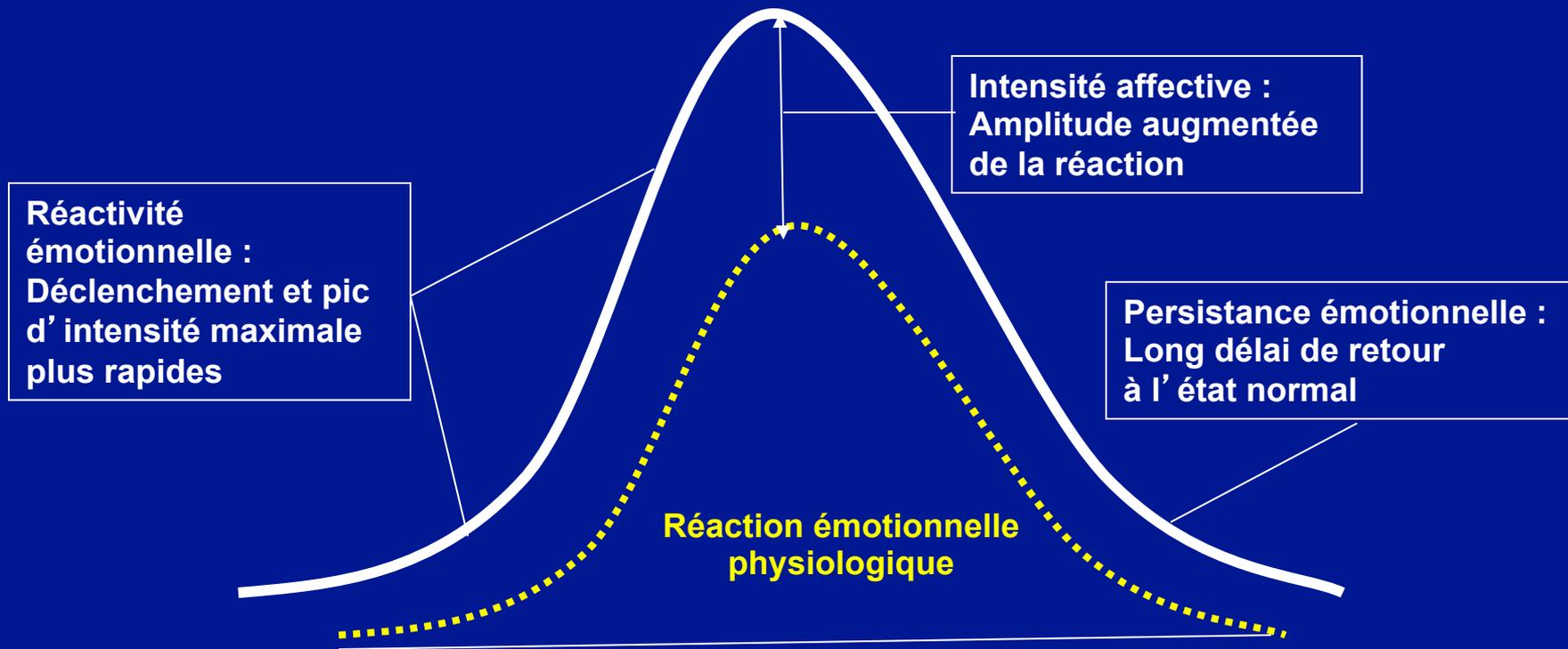
Vélocité des  
changements  
des  
mouvements  
affectifs



# Réaction émotionnelle: Caractéristiques basiques



# Réaction émotionnelle excessive : Réactivité, Intensité et Persistance



# Tempéraments Affectifs

| Tempérament    | Stable        | Instable      |
|----------------|---------------|---------------|
| Fort - Intense | Hyperthymique | Irritable     |
| Faible         | Dépressif     | Cyclothymique |

**Evaluation des Tempéraments  
Affectifs  
(Questionnaire TEMPS-A)**

# Tempéraments Affectifs

|                             | <i>Hyperthymique</i>                                      | <i>Dépressif</i>   | <i>Irritable</i>   | <i>Cyclothymique</i>   |
|-----------------------------|---|--|--|--|
| Début précoce               | +   | +  | +  | +  |
| Traits dominants            | Hypomaniaques subsyndromiques (faible intensité)          | Dépressifs intermittents de faible intensité                 | Mixtes avec labilité – irritabilité et colère                    | Cycles courts intermittents entre hypomanie et dépression              |
| Sommeil                     | Court (6 heures, même le WE)                              | Long (9 heures ou +)   |  | Variable selon les cycles  |
| Polarité des affects        | Positifs - Extraversion (gai, optimiste, exubérant)       | Négatifs - Introversion (broyer de noir, sombre, pessimiste) | Mixte – dysphorie dominante, mauvaise humeur (mordant – piquant) | Double polarité– Réactivité excessive (névrosisme)                     |
| Stabilité émotionnelle      | Forte   | Forte  | Faible – labilité vers la colère                                 | Faible (oscillations continues)  |
| Niveau d'énergie – activité | Excessif, vigueur, prodigalité, impulsivité               | Faible, inertie, passivité, indécision                       | Fort – tendance à l'agitation et impulsivité                     | Variable avec productivité assez irrégulière                           |
| Estime de soi               | Mégalomanie   | Dévalorisation   | Stable – non altérée   | Changeante entre faible et excessive                                   |
| Modes relationnelles        | Grégarité, avidité de contact, intrusif, bavard, empathie | Calme, silencieux, passif, consciencieux, conformiste        | Obstructionnisme, hypercritique, faible agréabilité              | Abnégation, empathie, ouverture, alternance repli et besoin de contact |

# Tempérament Hyperthymique

- Je suis habituellement d'humeur battante et radieuse
- Je suis le genre de personne qui n'est pas gêné par les obstacles
- Je suis toujours en action et n'arrête jamais
- Je suis plein d'énergie et capable d'accomplir plusieurs projets sans sentir la fatigue
- Je suis à l'aise avec des gens que je connais à peine
- Je suis par nature une personne qui donne et qui dépense beaucoup pour les autres
- Une fois j'ai décidé d'agir, peu de choses peuvent m'empêcher d'arriver à mes fins
- J'aime être mon propre patron
- J'ai pleinement confiance en mes propres capacités et talents
- Mon appétit sexuel est presque toujours assez fort; j'ai besoin de liaisons sexuelles multiples

# Tempérament Dépressif

- Je suis habituellement d'humeur triste ou mélancolique
- La vie est pour moi une corvée n'apportant que peu de joie
- Je suis souvent gêné par des sentiments d'échec ou d'inaptitude
- Mon rythme est lent à tel point que je manque d'initiative ou d'énergie
- Je suis le genre de personne qui s'attend toujours au pire
- Je me sens mal à l'aise quand je rencontre de nouveaux visages
- Je suis par nature une personne qui se consacre aux autres
- Je parle peu et préfère écouter les autres
- Je suis facilement blessé par les critiques mineures et le rejet d'autrui
- Je suis le genre de personne qui doute de tout et a tendance à critiquer les autres
- Je suis d'habitude gros dormeur

# Tempérament Irritable

- Je suis une personne grincheuse (irritable)
- Je suis en permanence d'humeur insatisfaite
- Je me plains beaucoup
- Je suis assez critique vis-à-vis des autres
- Je m'emporte souvent au point de tout rebuter
- Les autres me disent que j'explose pour rien
- Mon humour « mordant » m'a causé des ennuis
- Je peux être si furieux au point de blesser quelqu'un
- Je suis connu pour jurer beaucoup
- Je peux être révolutionnaire
- On m'a dit que je devenait violent après quelques verres d'alcool
- Quand je suis en colère, je peux casser ou frapper quelqu'un

# Tempérament Cyclothymique

- J'ai des changements brutaux d'humeur et d'énergie
- Mon humeur change souvent sans raison
- Ma capacité de penser varie beaucoup
- Mes sentiments ou mon énergie sont « trop hauts » ou « trop bas », rarement entre les deux
- Parfois je me sens bouillonnant d'énergie et à d'autres moments très paresseux
- Je me sens souvent fatigué sans raison
- J'ai l'habitude de commencer des choses puis de m'en désintéresser complètement
- J'ai souvent des envies de comportements scandaleux ou risqués
- Ma confiance en moi-même varie d'un extrême à l'autre
- Je ressens les émotions de façon particulièrement intense

**« ATQ, Adult Temperament  
Questionnaire »  
chez les patients BP cyclothymiques**

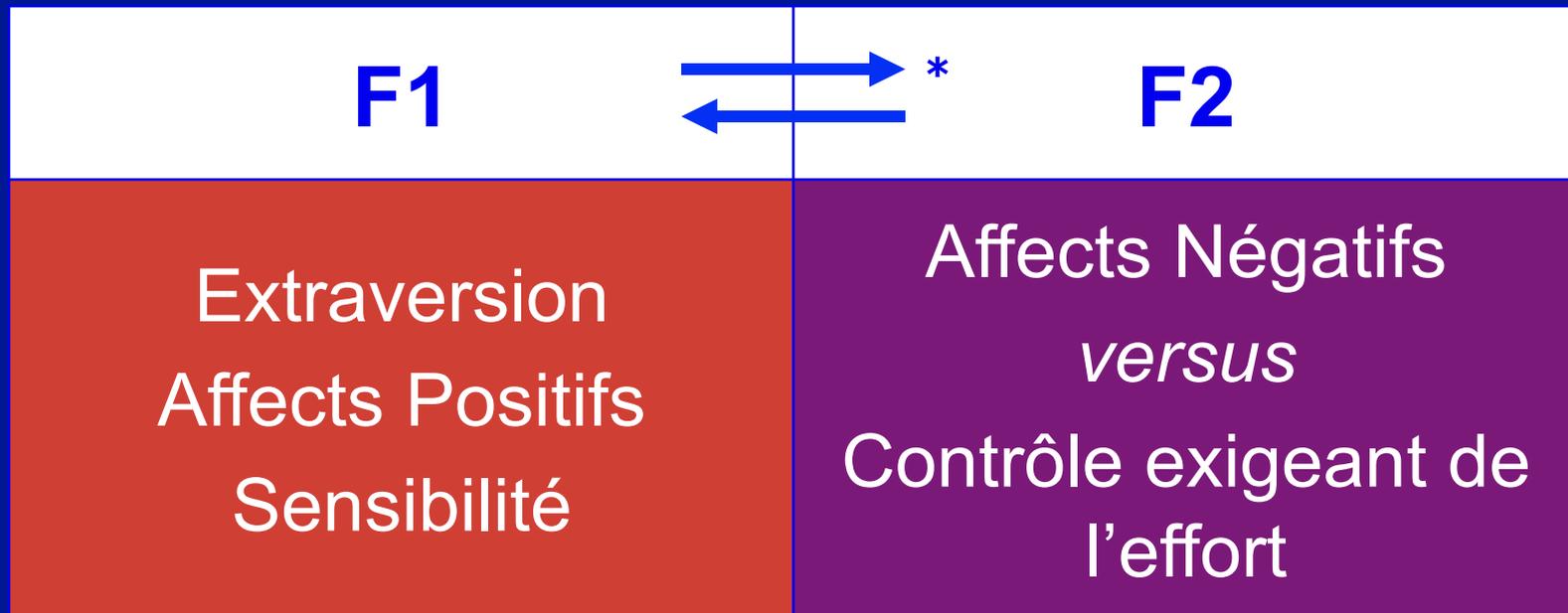


**Mary ROTHBART**

# Questionnaire Tempérament Adulte : chez les BP cyclothymiques

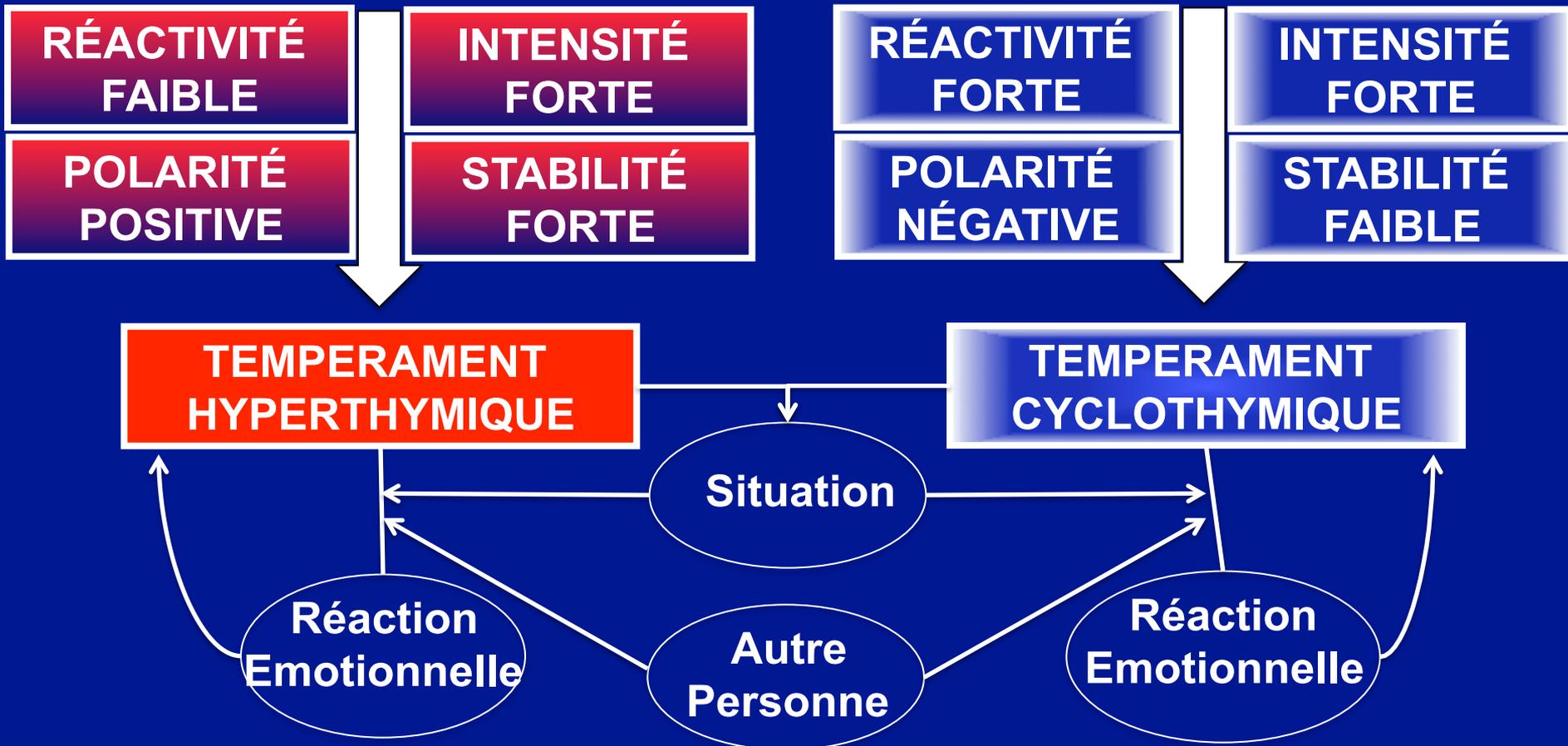
| <b>Affects Négatifs +++</b>              |  | <b>Extraversion ++</b>               |  |
|--|--|--------------------------------------|--|
| Peur                                     |  | sociabilité                          |  |
| Tristesse                                |  | Plaisir élevé                        |  |
| Malaise - Inconfort                      |  | Affects positifs                     |  |
| Frustration                              |  | <b>Sensibilité d'Orientation +++</b> |  |
| <b>Contrôle exigeant de l'effort +++</b> |  | Sensibilité générale perceptive      |  |
| Contrôle inhibiteur                      |  | Sensibilité générale émotionnelle    |  |
| Contrôle d'activation                    |  | Sensibilité associative              |  |
| Attention                                |  |                                      |  |

# Modèle à 2 facteurs du Tempérament de l'adulte



\* **Cyclothymie**

# Formation des tempéraments : Synergie entre les traits affectifs et interactions avec les situations et les personnes



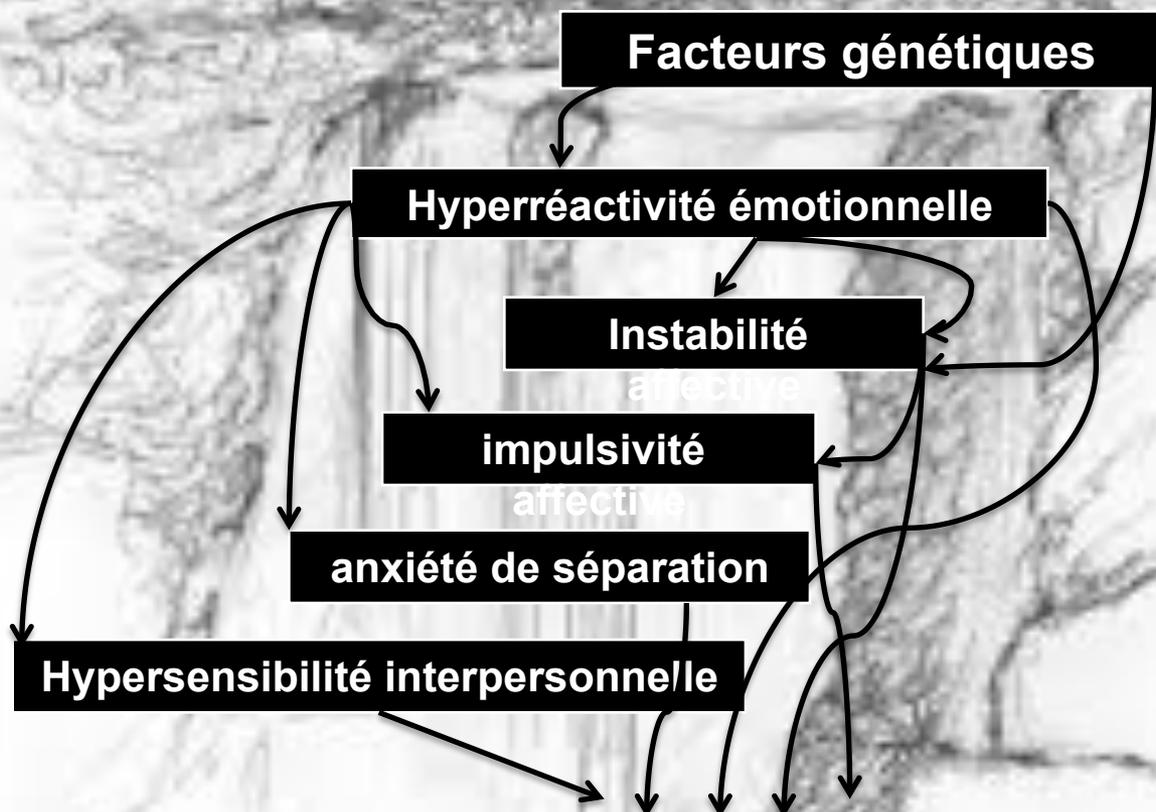
# Facteurs déterminant la formation des Schémas de vie

| Tempérament de base  | Besoins affectifs fondamentaux  | Expériences de vie précoces  |
|--|---|--|
| Réactivité, dominance, sensibilité, passivité, stabilité, intensité... | Sécurité, autonomie, liberté d'expression, limites, autocontrôle, spontanéité | Trauma, frustration des besoins, excès des besoins, identification sélective à un proche important |



## SCHÉMAS DE VIE (5 domaines)

- 1- Séparation / rejet,
- 2- Manque d'autonomie,
- 3- Manque de limites,
- 4- Orientation vers autrui,
- 5- Survigilance – inhibition



### Schémas de vie (pièges)

- Sensibilité extrême au rejet
- Souci obsédant de plaire
- Problèmes d'estime de soi
- Tester les limites
- Dépendance affective
- Jalousie
- Abnégation / Autosacrifice
- Comportements compulsifs
- Standards exigeants / Perfectionnisme
- Absence de projection dans le futur

L'effet cascade dans le tempérament cyclothymique : des traits affectifs aux schémas de vie dysfonctionnels (pièges de vie)



# Schémas de vie chez les bipolaires cyclothymiques : “CTAH Project”

---

- Abandon / Instabilité (domaine « *rejet* »)
- Dépendance / Incompétence (« *autonomie* »)
- Sacrifice / Abnégation (« *orientation vers autrui* »)
- Idéaux exigeants / Hypercritique (« *sur-vigilance / inhibition* »)
- Contrôle de soi et autodiscipline insuffisants (« *manque de limites* »)

Données préliminaires chez 45 patients cyclothymiques.

# Schémas de vie chez les BP cyclothymiques : “Abandon / Instabilité”

---

- Perception de manque de stabilité
- Préoccupation par la mort des proches
- Tendance à s'accrocher aux autres
- Crainte de l'abandon, de finir seul
- Besoin des autres
- Anxiété de séparation
- Jalousie excessive
- Besoin de protection

# Schémas de vie chez les BP cyclothymiques : “Dépendance / Incompétence”

---

- Incapacité de se débrouiller seul
- Besoin d' aide pour s'en sortir
- Dépendance dans le fonctionnement au quotidien
- Impression de gâcher des choses
- Peu de confiance à son propre jugement
- Se sentir plus enfant qu'adulte
- Tendance à la passivité ou manque d'initiative

# Schémas de vie chez les BP cyclothymiques : “Sacrifice / Abnégation”

---

- Passez en premier les besoins des autres
- Culpabilité de laisser tomber les autres
- Donner plus que recevoir, prendre soins des autres
- Difficulté de refuser quand on aime
- Volontaire pour faire des tâches (au travail)
- Heureux seulement quand les autres le sont
- Donner plus qu’il n’en faut
- *Hypersensibilité aux souffrances des autres*

# Schémas de vie chez les BP cyclothymiques : “Idéaux exigeants”

---

- Règles rigides, perfectionnisme
- Contrainte d’être le meilleur
- Effort constant de garder un ordre parfait
- Besoin d’apparaître sous son meilleur jour
- Insatisfaction, Intolérance aux erreurs
- Pression permanente pour réussir ou terminer
- Préoccupation constante du temps et de l’efficacité
- Sacrifier bonheur ou santé pour atteindre les idéaux

# **Schémas de vie chez les BP cyclothymiques : “Contrôle de soi et autodiscipline insuffisants”**

---

- **Incapacité de terminer les tâches de routine**
- **Laisser aller aux impulsions (+ regrets plus tard)**
- **Sensibilité aux contraintes ou difficultés**
- **Manquer de persévérance face à la difficulté**
- **Perdre son calme face à la plus petite offense**
- **Incapacité de tenir ses résolutions**
- **Éviter ce qui est pénible (souffrances, conflits, confrontations, responsabilités, efforts...)**

| <b>Schéma</b>   | <b>Soumission</b>                               | <b>Évitement</b>  | <b>Compensation</b>                                |
|---|---|---|--|
| <b>Abandon<br/>Instabilité</b>                        | Choix d'un partenaire qui ne peut pas s'engager | Évite les relations intimes ; alcool quand seul           | Reste collé à son partenaire ; scènes violentes    |
| <b>Dépendance<br/>Incompétence</b>                    | Laisse aux autres les décisions financières     | Fuit les nouveaux défis (ex. permis de conduire)          | « Contre dépendance » (ne demande rien aux autres) |
| <b>Abnégation</b>                                     | Donne beaucoup aux autres sans rien au retour   | Évite les situations qui impliquent de donner ou recevoir | Donne aussi peu que possible aux autres            |
| <b>Idéaux exigeants<br/>Critique excessive</b>        | Passe beaucoup de temps à être parfait          | Procrastine les tâches où l'on juge sa performance        | Ne se préoccupe d'aucune norme                     |
| <b>Contrôle de soi et autodiscipline insuffisants</b> | Abandonne facilement les tâches de routine      | N'exerce ou n'accepte pas les responsabilités             | Excessivement autocontrôlé ou discipliné           |

**Evaluation  
des Tempéraments Affectifs  
dans la Population Générale**

# Fréquence des Tempéraments dans la Population Générale

| Etude               | Italie | Liban | Turquie | Allemagne |
|---------------------|--------|-------|---------|-----------|
| Temp. Dépressif     | 3,6%   | 3,5%  | 3,1%    | 4,7%      |
| Temp. Hyperthymique | 8,2%   | -     | 1,2%    | 2,1%      |
| Temp. Irritable     | 2,2%   | 6,2%  | 3,7%    | 4,0%      |
| Temp. Anxieux       | -      | 4,6%  | 3,5%    | 4,2%      |
| Temp. Cyclothymique | 6,3%   | 4,4%  | 1,7%    | 4,7%      |

# Inter-corrélations des Tempéraments

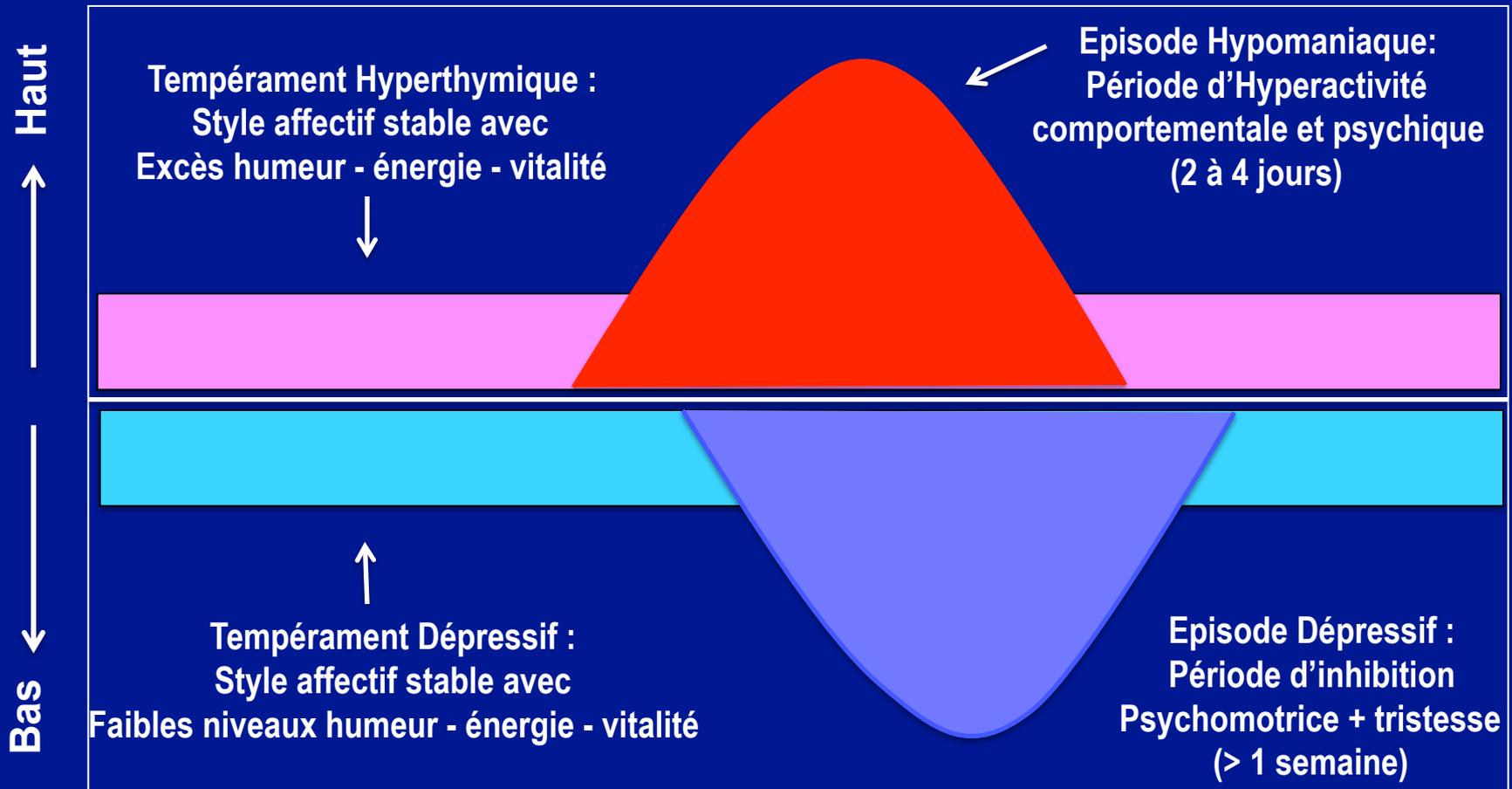
|               | Dépressif     | Cyclothymique | Irritable     | Anxieux       |
|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| Dépressif     | -             | -0,08         | -0,20         | <b>+0,57*</b> |
| Cyclothymique | -0,08         | -             | <b>+0,56*</b> | 0,38          |
| Irritable     | -0,20         |               | -             | <b>-0,49*</b> |
| Hyperthymique | <b>-0,45*</b> | <b>-0,58*</b> | -0,28         | +0,20         |

\* valeur significative

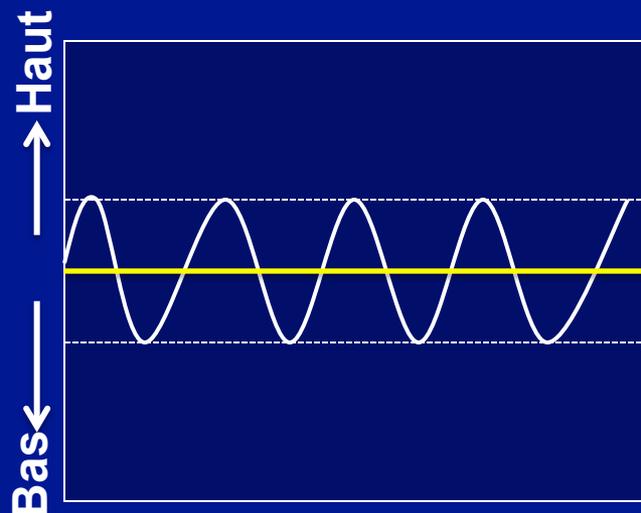
*D'après l'étude de Vasquez et al, JAD, 2012.*

**Tempéraments Affectifs  
& Troubles de l'Humeur  
(Dépressions, Bipolaires...)**

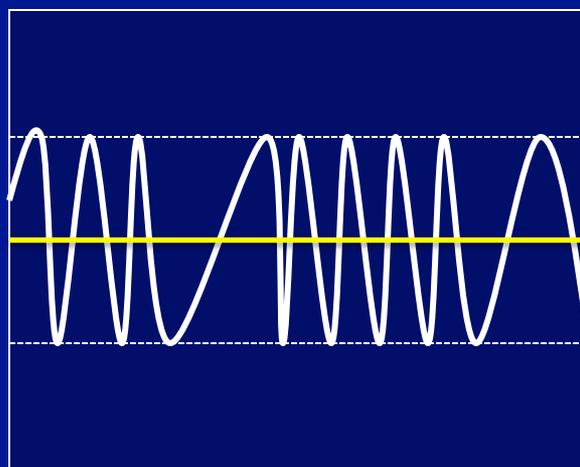
# Distinction entre Tempéraments et Episodes thymiques



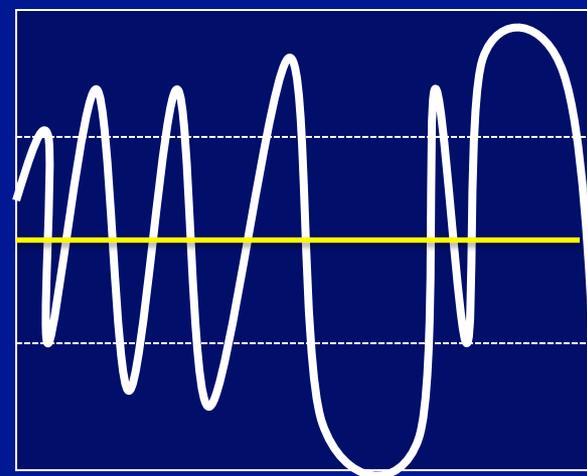
# Des Hauts et des Bas : du Normal au Tempérament et au Trouble



Variations physiologiques  
et normales  
de l'humeur - l'énergie - vitalité



Tempérament  
Cyclothymique :  
Variations plus  
importantes  
de l'humeur - l'énergie -  
vitalité sans conséquences  
significatives sur le  
fonctionnement



Trouble Cyclothymique :  
Variations pathologiques  
de l'humeur - l'énergie -  
vitalité avec des conséquences  
péjoratives sur le  
fonctionnement, le jugement,  
l'équilibre du sujet et ses  
relations avec les autres

EMIL KRAEPELIN

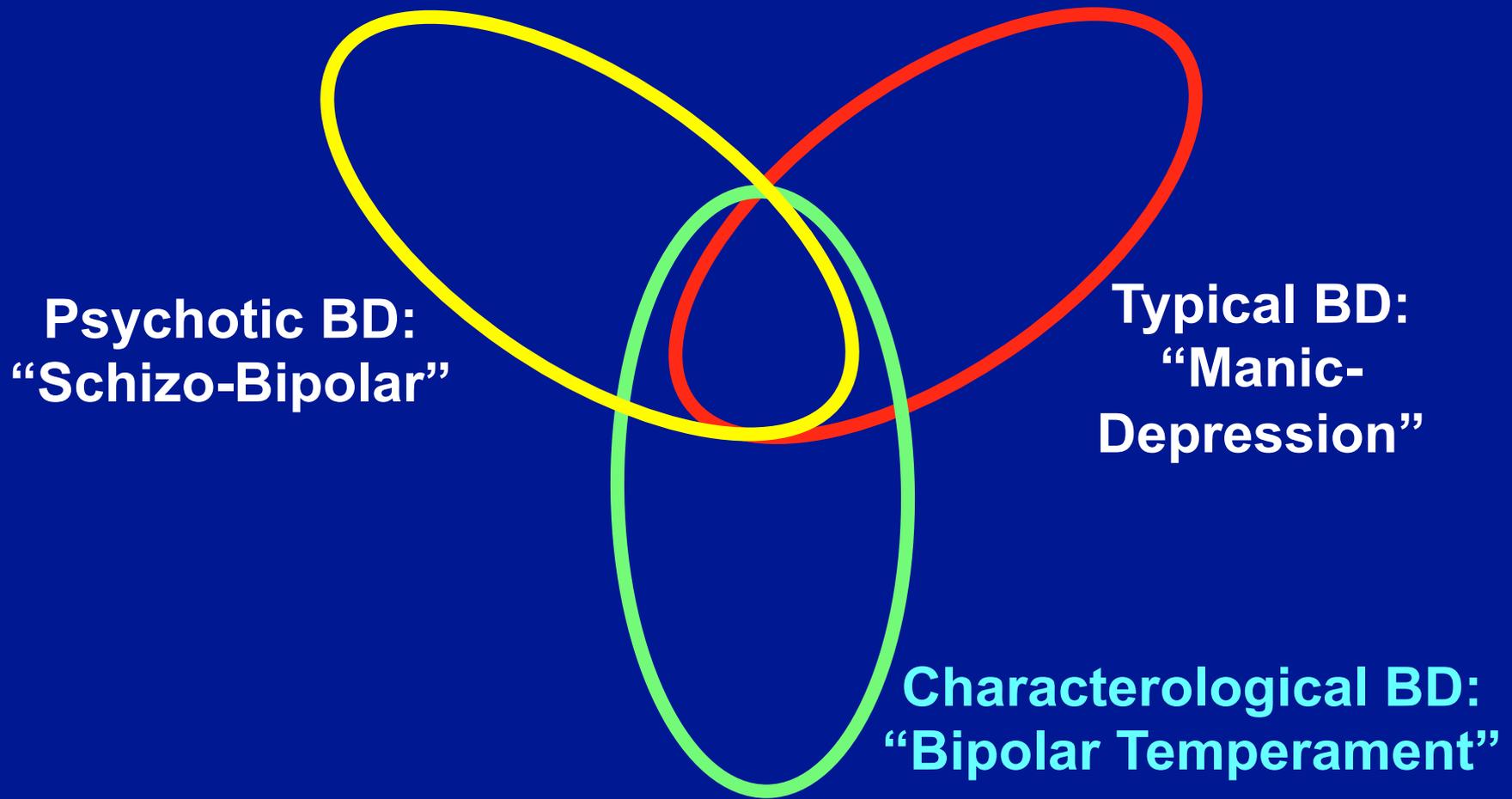


*Kraepelin.*

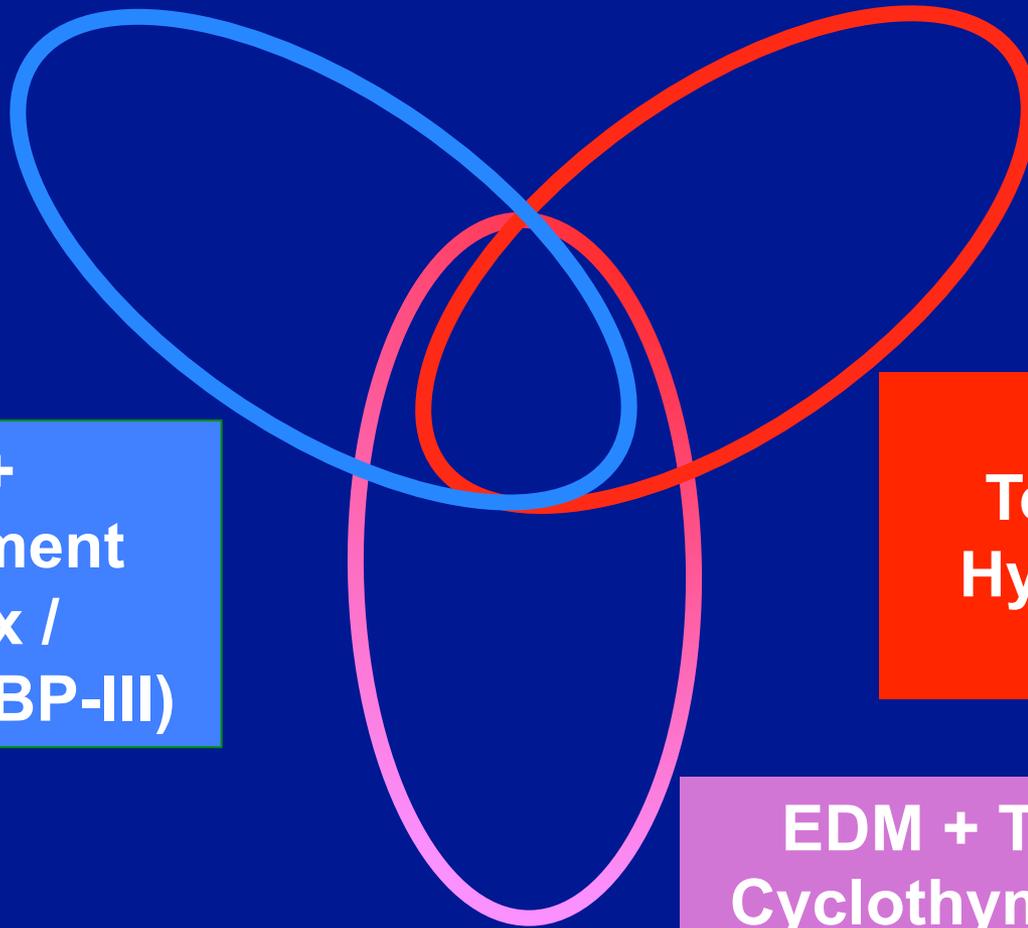
“..Je crois qu’on  
pourrait mieux  
comprendre ces  
épisodes, si l’on accepte  
l’idée qu’ils émergent  
d’une mixture de  
différentes  
**prédispositions de  
base...**” (tempéraments)

E. Kraepelin

# Bipolar Subtypes meeting DSM-IV criteria



# Bipolarité Caractériologique ou Tempéramentale



**EDM +  
Tempérament  
Anxieux /  
Dépressif (BP-III)**

**EDM +  
Tempérament  
Hyperthymique  
(BP-IV)**

**EDM + Tempérament  
Cyclothymique (BP-II1/2  
instable, circulaire)**

# Besoin d'unir les tempéraments aux troubles de l'humeur

- Meilleur dépistage de la bipolarité (BP)
- Affinement du diagnostic
- Connaissance des facteurs de risque de la BP
- Compréhension de la complexité de la BP
- Prédiction de l'évolution au long cours
- Enrichissement de la recherche génétique
- Adaptation du traitement psychotrope le plus optimal
- Aide du patient à trouver son équilibre avec soi-même et son environnement

# Tempéraments et Troubles de l'Humeur

- Facteur de risque
- Continuité avec les troubles
- Effet patho-plastique sur les épisodes et l'évolution
- Influence sur la réponse aux traitements

# Tempéraments & troubles de l'humeur

- Temp. Cyclo et Irritable plus fréquents chez les BP vs témoins (Di Florio et al 2010; Dolenc et al 2010; Savitz et al 2008; Evans et al 2005; Mendlowicz et al 2005; Kesebir et al 2005; Nowakowska et al 2005; Matsumoto et al 2005)
- Temp. Cyclo et Hyperthymique sont plus fréquents dans BP-II versus dépression UP (Hantouche et al 1998; Goto et al 2011)
- Liens entre temp. Cyclo et indices de bipolarité (Maina et al 2010; Mechri et al 2011; Hantouche 2011)
- Temp. Hyperthymique équivalent entre BP et témoins ? (Savitz et al 2008; Evans et al 2005; Mendlowicz et al 2005; Nowakowska et al 2005)

# Tempéraments & « Soft » Bipolarité

- Indices de BP chez les dépressifs = Tempérament cyclothymique + recherche de sensations + abus de substances (Fornaro et al, 2013)
- Etude de Takeshima et al (2013)
  - Réurrence dépressive (OR = 11)
  - Histoire familiale de BP (OR = 8)
  - Tempérament cyclothymique (OR = 7)
  - Age de début précoce de la dépression (OR = 6)
  - Etat dépressif mixte (OR = 6)

# TEMPERAMENT ET TYPES DES EPISODES THYMIQUES

| Tempérament   | Dépression           | Manie                     |
|---------------|----------------------|---------------------------|
| Dépressif     | Inhibée              | Mixte<br>Dépressive       |
| Hyperthymique | Agitée Mixte         | Euphorique<br>Psychotique |
| Cyclothymique | Atypique<br>Anxieuse | Irritable<br>Dysphorique  |

# Tempéraments et Alcoolisme

|  | Tempérament cyclothymique |                 | Tempérament hyperthymique |                 |
|--|---------------------------|-----------------|---------------------------|-----------------|
|  | Moy (ET)                  | >84% percentils | Moy (ET)                  | >84% percentils |
| Type I ( <i>pas de craving, sevrage sévère, élimination rapide du méthanol</i> )           | 16 (6)                    | 25%             | 23 (7)                    | <b>67%</b>      |
| Type II ( <i>automédication, hyperadapté, style de vie passif</i> )                        | 14 (6)                    | 23%             | 22 (7)                    | 46%             |
| Type III ( <i>histoire familiale d'alcoolisme et troubles thymiques</i> )                  | 18 (5)                    | 27%             | 22 (7)                    | 38%             |
| Type IV ( <i>faible contrôle, impulsif, peu critique, notion de trauma ou négligence</i> ) | 22 (8)                    | <b>68%</b>      | 20 (5)                    | 37%             |

## Typologie d'Otto LESCH

Alcoolisme + cyclo = précoce, rechutes fréquentes, impulsivité, risque suicidaire

Vyssoki et al, JAD, 2011

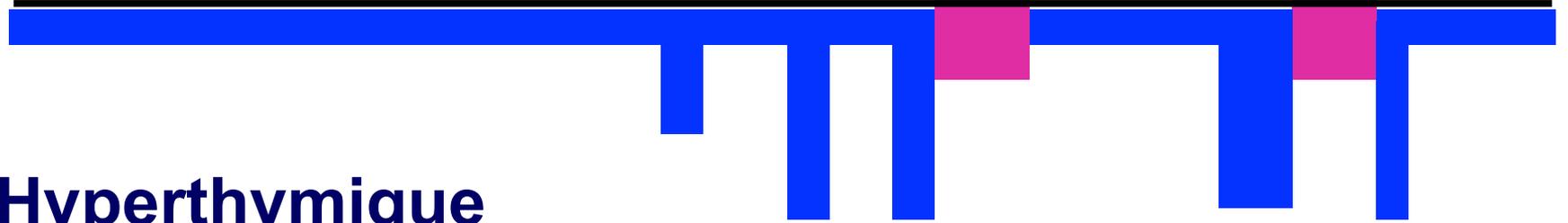
# Tempéraments & troubles de l'humeur

- Connexion anxio-bipolaire (Hantouche 2006)
- Sensibilité au PTSD (Dell'Osso et al, 2009, 2012)
- Risque suicidaire (Rihmer et Gonda, 2011)
- Dépression du post-partum (Masmoudi et al, 2010)
- Troubles des conduites alimentaires (Lunde et al, 2009)
- Addictions comportementales (Di Nicola et al, 2010)
- Troubles attentionnels (Landaas et al, 2010)
- Troubles de la personnalité Borderline (Hantouche 2013)

# Cyclothymie : raisons de la difficulté

- Début précoce (souvent dans l'enfance)
- Grands délais pour un diagnostic correct (rareté des hauts typiques)
- Complexité du tableau clinique + forte comorbidité
- Aléas de la pédopsychiatrie face à ce trouble
- Exposition fréquente aux mauvais traitements (AD, stimulants)
- Pronostic réservé (impact sur le fonctionnement et le développement du jeune)

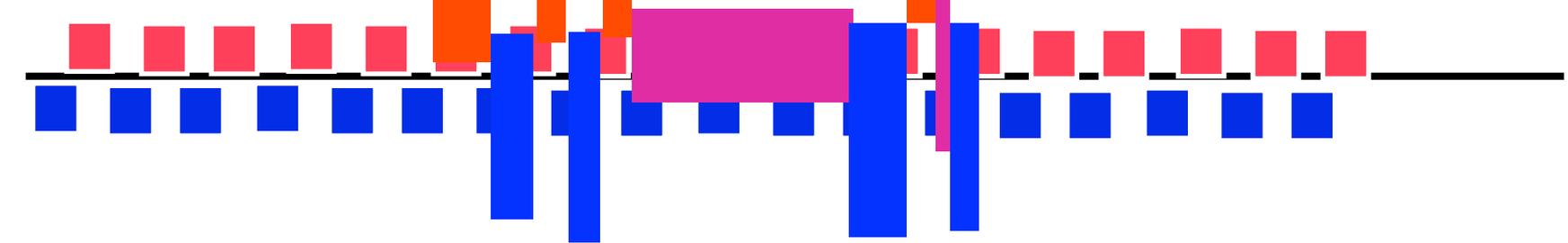
**Dépressif**



**Hyperthymique**



**Cyclothymique**



10

20

40

60

Age

# Spectre Bipolaire Cyclothymique

## Humeur

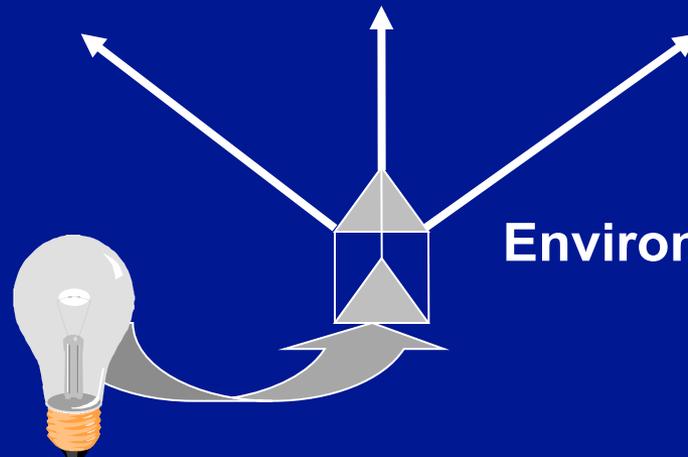
Dépressions  
Hypomanies spontanées  
Hypomanies induites par  
des stimulants / AD  
Labilité émotionnelle

## Anxiété – Insécurité- Sensibilité

Panique, TOC  
anxiété de -séparation  
Sensibilité  
interpersonnelle  
Insécurité de l'apparence  
Inhibition sociale, timidité

## Conduites antisociales impulsives, addictives

Personnalité antisociale  
Déficit de l'attention  
Hyperactivité  
Abus de substances  
(alcool, stimulants)  
Tr Contrôle des impulsions



Environnement / Stress / Age /  
sexe

Tempérament Cyclothymique -  
anxieux - sensible

# **Tempérament Cyclothymique au Cœur de la Bipolarité Juvénile**

# Critères de la BP Juvénile

## Présence des « Hauts & Bas »

avec plusieurs des éléments suivants

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- Prédilection à la colère</li><li>- Hyperactivité anxieuse</li><li>- Impulsivité</li><li>- Conduites à risque</li><li>- Troubles de l'attention</li><li>- Comportements combatifs</li><li>- Mauvais sommeil</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Troubles du jugement</li><li>- Pensées morbides, obsessions</li><li>- Comportement tyrannique</li><li>- Hallucinations, délire</li><li>- Hyperactivité sexuelle précoce</li><li>- Sensorialité excessive</li><li>- Phases dépressives</li></ul> |
|--|---|

- Histoire familiale de bipolarité
- Virage ou aggravation par un antidépresseur
- Virage ou aggravation par un stimulant

*(un de ces items est hautement évocateur de BPJ)*

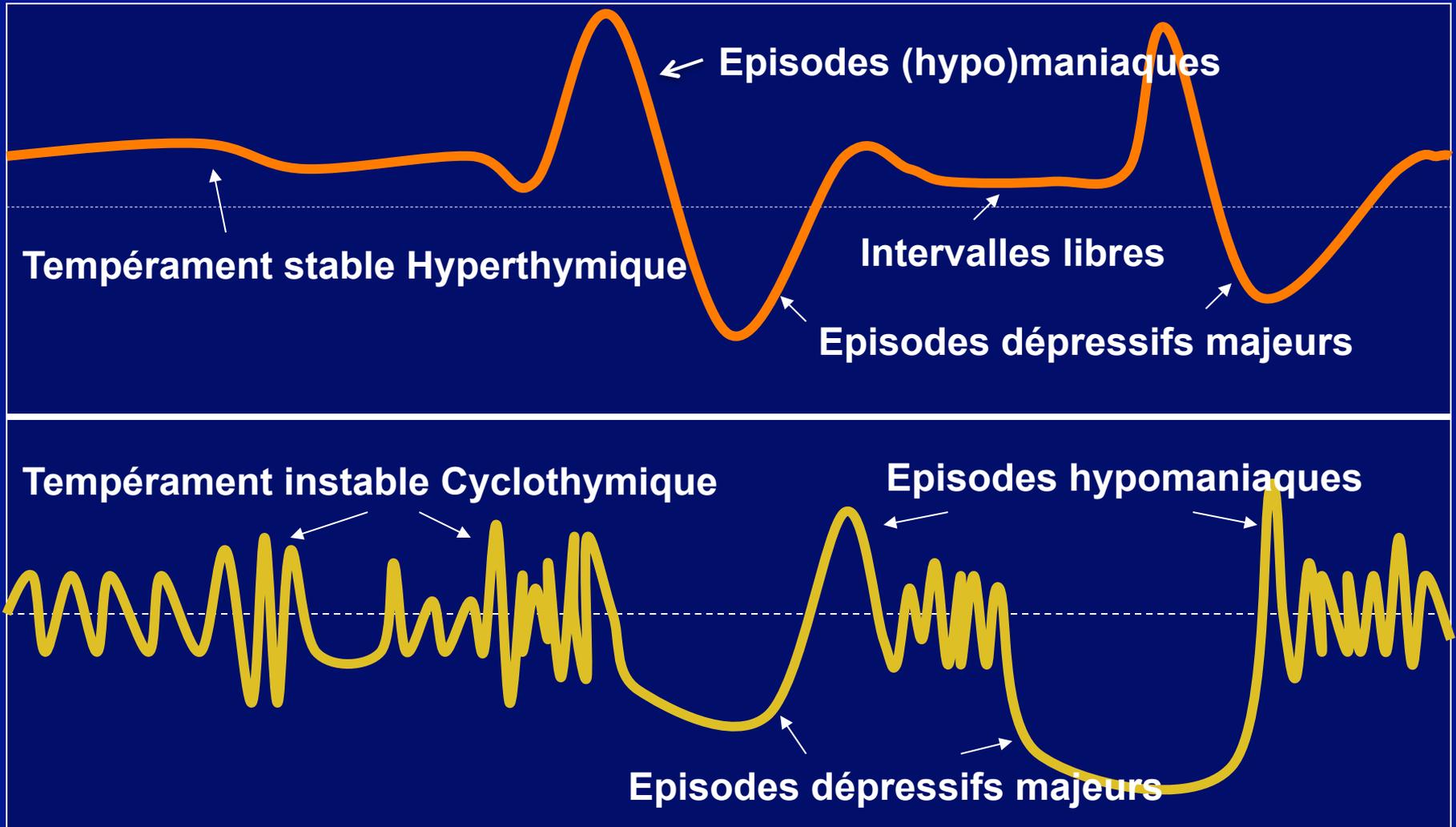
# Management Perspective

Elie Hantouche & Giulio Perugi

***"Should Cyclothymia be considered as a Specific and Distinct Bipolar Disorder?"***

# Dichotomie intra-bipolaire

(Hantouche – Congrès Milan 2008)



# Diagnosis of Cyclothymia

- **More challenging than classic presentations (BP-I, -II)**
- **Treatment-seeking behavior most linked to consequences than to cyclothymia per se**
- **Unless being on the lookout for bipolarity or using systematic assessment of BP spectrum, diagnosis often focused on apparent complaints**
  - Depression
  - Anxiety disorder
  - Personality disorder (Borderline)
  - Eating disorder (bulimia, BE)
  - Addictive behavior
  - Self-injurious behaviors...

# Definition of Cyclothymia

- **Cyclothymic Temperament (max. 21): score  $\geq 10$  on Temps-A**
- **Bipolarity Cyclothymia Test (max. 50): score  $\geq 25$**
- **Operational criteria**
  - Excessive emotion sensitivity since adolescence or before
  - Ups and Downs
  - Rapid shifts in energy and/or mood
  - Persistent circularity (continuous cycling)
  - Negative consequences (school, work, love, family...)
  - Repetitive sabotage of opportunities to get stable and serene life

# Intra-Bipolar (BP-I) Dichotomy: Temperamental influence

| Hyperthymic / stable | Cyclothymic / instable         |
|----------------------|--------------------------------|
| Males                | Females                        |
| Late onset           | Young onset                    |
| Manic episodes       | Separation anxiety             |
| Hospitalizations     | Anxious-impulsive co-morbidity |
| Drug abuse           | Borderline features            |
| Antisocial behaviors | FH Bipolar + Anxiety Dis.      |
|                      | Suicide behaviors              |

# Pathoplastic effect of cyclothymia on episodes

| Hypomania   | Depression   |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Increased global severity</li><li>▪ “Dark” side (irritability, risk taking, substance abuse...)</li><li>▪ Mixed hypomania</li><li>▪ Higher recurrence</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Earlier age of onset</li><li>▪ Increased global severity</li><li>▪ Higher frequency of guilt, PM agitation, suicide thoughts</li><li>▪ Higher recurrence</li><li>▪ Suicidal behaviors</li><li>▪ Shorter delay to switch under AD</li></ul> |

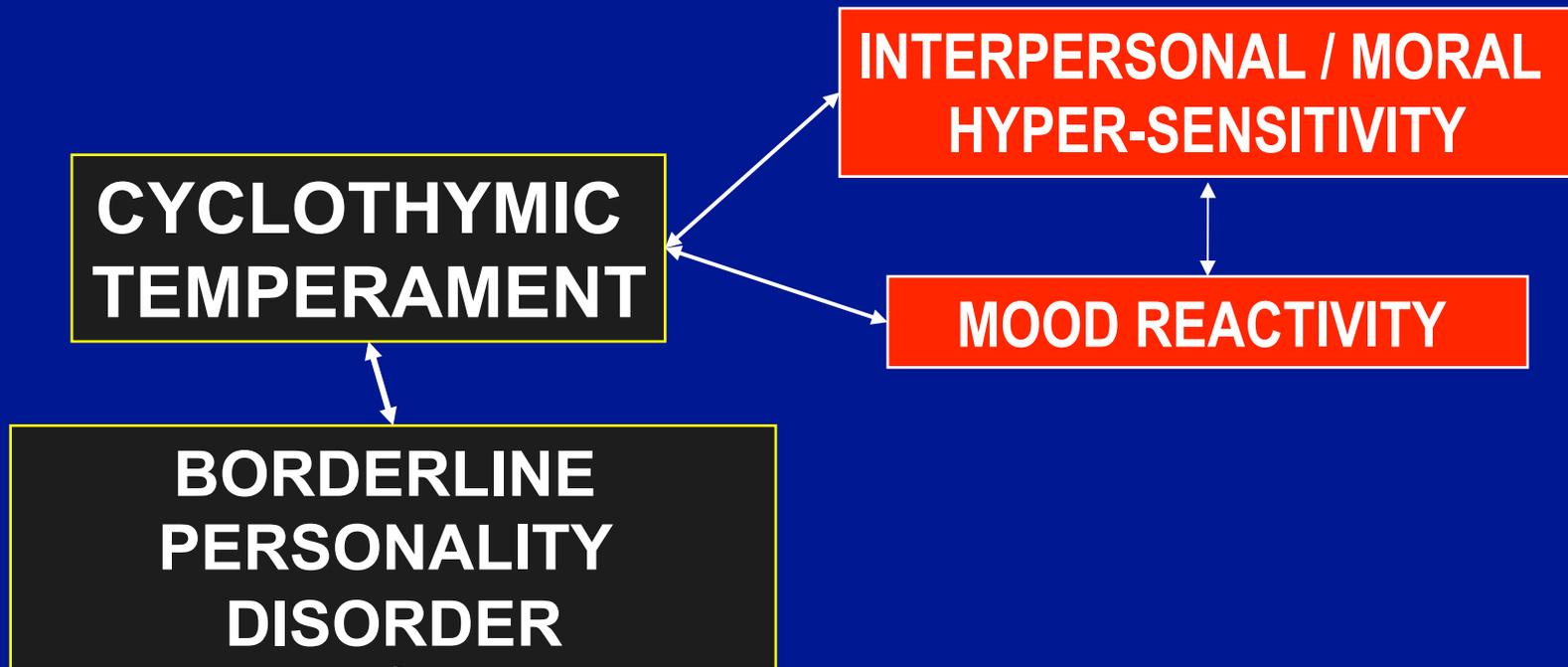
# **Tempéraments et Personnalités Pathologiques (Borderline)**

# Temperaments in young depressives at risk of bipolarity

| <b>Dominant Temperament</b>    | <b>Psychopathology and Personality (NEO)</b>   |
|--------------------------------|--|
| <b>Cyclothymic / Irritable</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Poor Prognosis / Impaired Functioning</li><li>- Positive correlation with current Depressive intensity, Megalomania, Grandiosity, Impulsivity,</li><li>- <b>Borderline features</b></li><li>- High level of Neuroticism</li><li>- <b>Negative correlation with Agreeableness and Conscientiousness</b></li></ul> |
| <b>Hyperthymic</b>             | <ul style="list-style-type: none"><li>- Positive correlation with Bipolar Spectrum, Hypomania, Megalomania, Grandiosity, Impulsivity</li><li>- Extraversion / Openness</li></ul>   |
| <b>Depressive</b>              | <ul style="list-style-type: none"><li>- Positive correlation with Depressive symptoms and Neuroticism / Agreeableness</li></ul>  |

# Overlap Borderline & Bipolarity

- Frequent clinical condition
- Applying classical criteria for BP (shifts from euphoria to depression) favored Borderline Diagnosis
- **Overlap explained by common phenomenology** (young age of onset, absence of periodicity, instability, lability, interpersonal sensitivity impulsivity, risk taking, substance abuse, quasi psychotic features...) = **"Instable Cyclothymic Temperament"**
- **Role of Irritable Temperament ?**



Efforts to avoid real or imagined abandonment  
Unstable and intense interpersonal relationships  
Identity disturbance  
Impulsiveness  
Recurrent suicidal behavior / self-mutilating behavior  
Affective instability, marked reactivity of mood  
Inappropriate intense anger / difficulty controlling anger

# Self-Mutilations: Bipolar or Borderline Specifier ?



| Self-Mutilations   | Suicide Attempts  |
|--|---|
| Best predictors:<br>Bipolar Diagnosis<br>Harm Avoidance                    | Best predictors:<br>Bipolar Diagnosis<br>Harm Avoidance |
| Family history for non BP probands with SM: High rate of BP-I / -II and SM | No familiarity  |

**Study conducted in patients treated for depression.**

# Cyclothymia – Borderline : CTAH Study

- Selection of consecutive patients (N=17) with **primary cyclothymic disorder\*** (2 visits for initial assessment by trained psychologist next by Dr EH)
  - ★ Score  $\geq 10$  on Cyclo (TEMPS-A)
  - ★ Score  $\geq 25$  on BP-Cyclo Test
  - ★ Onset before 18yr
  - ★ Onset before any exposure to AD or Stimulants
- Third visit with an independent psychologist for:
  - Structured interview for BPD (DIB-R)
  - Affect Lability Scale / Impulsivity Scale (BIS) / Young Quest. for Life-Schemas (YSQ-L2/SQH)

# Presence of Borderline features in Cyclothymic disorder

|                     | Cyclo – BPD(+)<br>N=8 | Cyclo - BPD(-)<br>N=9 | P value     |
|---------------------|-----------------------|-----------------------|-------------|
| Nb BDI Domains      | 6,8 (1,3)             | 2,8 (1,2)             | .0006       |
| <b>HCL-20 total</b> | <b>16,0 (4,0)</b>     | <b>12,1 (4,0)</b>     | <b>.07</b>  |
| - Sunny             | 10,8 (2,4)            | 8,4 (2,4)             | ns          |
| - Dark              | 4,8 (2,4)             | 3,2 (2,4)             | ns          |
| TEMPS-A             |                       |                       |             |
| - Cyclothymic       | 17,4 (2,7)            | 13,1 (6,2)            | .19         |
| - <b>Irritable*</b> | <b>13,8 (4,0)</b>     | <b>8,2 (3,2)</b>      | <b>.009</b> |
| - Hyperthymic       | 10,0 (4,4)            | 7,1 (4,9)             | ns          |
| - Depressive        | 12,9 (5,6)            | 12,2 (3,7)            | ns          |

Correlation with BDI score :  $r=.71$ ,  $p<.001$

# Borderline features in Cyclothymic disorder: Affective Lability Scale

|                                  | Cyclo BPD(+)     | Cyclo BPD(-)     | P           |
|----------------------------------|------------------|------------------|-------------|
| Anxiety-Depression               | 2,6 (0,5)        | 2,2 (0,7)        | .18         |
| Euthymia-Anxiety                 | 2,1 (0,8)        | 1,5 (0,6)        | .09         |
| <b>Euthymia-Depression</b>       | <b>2,3 (0,4)</b> | <b>1,5 (0,7)</b> | <b>.009</b> |
| Euthymia-Euphoria                | 1,9 (0,8)        | 1,5 (0,9)        | .19         |
| “Bipolar”<br>Depression-Euphoria | 2,0 (0,7)        | 1,4 (0,8)        | .09         |
| <b>Euthymia-Anger</b>            | <b>2,0 (0,9)</b> | <b>0,9 (0,5)</b> | <b>.02</b>  |
| <b>Total</b>                     | <b>2,2 (0,6)</b> | <b>1,5 (0,6)</b> | <b>.05</b>  |

# Affective-Lability Studies

- BPD: higher ALS scores, more shifts between anger/euthymia
- BD: more lability between depression/elation/euthymia

Henry C. et al., *SJ Psychiatr Res*, 2001. 35(6): p. 307-312

- BPD more lability than non-BPD patients
- BPD more shifts into anger/ or depression/anxiety
- BPD patients reported no association with elation shifts

Koenigsberg H.W. et al., *Am J Psychiatry*, 2002. 159(5): p. 784-788

- «Anger» and «Anxiety» are distinct affects from dysphoria?

Mackinnon D.F. and R. Pies. *Bipolar Disord*, 2006. 8(1): p. 1-14

# Borderline features in Cyclothymic disorder: Life Schemas Quest

|                             | Cyclo BPD(+) | Cyclo BPD(-) | P   |
|-----------------------------|--------------|--------------|-----|
| Abandonment/<br>Instability | 4,2 (1,0)    | 3,2 (0,8)    | .04 |
| Mistrust / Abuse            | 3,8 (1,2)    | 2,7 (0,9)    | .05 |

**Major differences in the domain of „Disconnection / Rejection“ = basic beliefs that one's needs for acceptance and nurturance will not be met**

# Early Maladaptive Schemas in Cyclothymic Patients: CTAH project

---

- **Abandonment / Instability**
- **Dependence / Incompetence**
- **Self-Sacrifice**
- **Unrelenting Standards / Hyper criticalness**
- **Insufficient Self-Control / Self-Discipline**

Preliminary data on 45 cyclothymic patients.

|                                  | <b>Borderline</b>                   | <b>Euthymic BP-I</b> | <b>Control</b> |
|----------------------------------|-------------------------------------|----------------------|----------------|
| <b>Cyclothymic Temperament</b>   | 9,34                                | 3,96                 | 1,21           |
| <b>Depressive Temperament</b>    | 4,14                                | 1,26                 | 0,45           |
| <b>Irritable Temperament</b>     | 3,38                                | 1,91                 | 1,10           |
| <b>Anxious Temperament</b>       | 1,97                                | 0,48                 | 0,59           |
| <b>Hyperthymic Temperament</b>   | 2,79                                | 4,26                 | 4,83           |
| <b>Life Schemas</b>              | <b>BORDERLINE &gt; BP = Control</b> |                      |                |
| <b>Insufficient Self control</b> | <b>BP &gt; Control</b>              |                      |                |

# Cyclothymia with Borderline features: CTAH Study



- Not proved
  - more Impulsivity
  - more intense cyclothymic temp.
  - more "Dark Hypomania"
  
- Proved
  - **Atypical Lability** (between Euthymia Depression, Anger) and not BP type
  - **Significant role of Irritable Temperament**
  - Link with life-schemas in the domain of **"Disconnection Rejection"** (abandonment, instability, mistrust, abuse)

# Links between Cyclothymic and Irritable Temperaments: Input from LEBANON Study

# Factor Analysis on Lebanese-Arabic TEMPS-A

| Dep. & Anx. |       | Hyperthymic |       | Irritable |       | Anx. Somatic |       | Dep. & Cyclo. |       |
|-------------|-------|-------------|-------|-----------|-------|--------------|-------|---------------|-------|
| D1          | 0.527 | D14         | 0.383 | D19       | 0.465 | C31          | 0.303 | D5            | 0.425 |
| D2          | 0.360 | D16         | 0.366 | C23       | 0.399 | A93          | 0.429 | D8            | 0.493 |
| D3          | 0.404 | C41         | 0.359 | C26       | 0.311 | A94          | 0.489 | D11           | 0.362 |
| D4          | 0.429 | H43         | 0.539 | C29       | 0.400 | A95          | 0.483 | D17           | 0.319 |
| D6          | 0.335 | H44         | 0.564 | C35       | 0.378 | A96          | 0.391 | D20           | 0.364 |
| D7          | 0.338 | H45         | 0.505 | H60       | 0.321 | A97          | 0.522 | D21           | 0.457 |
| C33         | 0.392 | H46         | 0.483 | H61       | 0.461 | A98          | 0.434 | C22           | 0.485 |
| I68         | 0.506 | H47         | 0.499 | I64       | 0.405 | A99          | 0.388 | C24           | 0.317 |
| I69         | 0.472 | H48         | 0.537 | I65       | 0.392 | A100         | 0.433 | C25           | 0.458 |
| I70         | 0.352 | H49         | 0.606 | I66       | 0.481 | A105         | 0.466 | C28           | 0.437 |
| I71         | 0.328 | H50         | 0.579 | I67       | 0.500 | A106         | 0.379 | C30           | 0.481 |
| A85         | 0.561 | H51         | 0.551 | I72       | 0.364 | A110         | 0.494 | C37           | 0.380 |
| A86         | 0.537 | H52         | 0.532 | I73       | 0.409 |              |       |               |       |
| A87         | 0.477 | H53         | 0.563 | I74       | 0.454 |              |       |               |       |
| A88         | 0.682 | H54         | 0.469 | I75       | 0.336 |              |       |               |       |
| A89         | 0.537 | H55         | 0.525 | I76       | 0.338 |              |       |               |       |
| A91         | 0.548 | H57         | 0.354 | I77       | 0.324 |              |       |               |       |
| A92         | 0.471 | H58         | 0.456 | I79       | 0.318 |              |       |               |       |
| A101        | 0.520 | H59         | 0.388 | I81       | 0.563 |              |       |               |       |
| A102        | 0.476 | H62         | 0.375 | I82       | 0.376 |              |       |               |       |
| A107        | 0.608 | A103        | 0.301 |           |       |              |       |               |       |
| A108        | 0.420 |             |       |           |       |              |       |               |       |

**cutoff  $\geq 0.3$**

# Items loaded in Irritable Temperament

---

- **D19: Doubts everything**
- **H60: Likes to be the boss**
- **H61: When disagree with someone, can get into a heated argument**
- **C23: Sudden shifts in mood and energy**
- **C29: Mood often changes for no reason**
- **C26: Likes someone a lot and then completely lose interest**
- **C35: Back and forth being outgoing and being withdrawn from others**

# % of Disorders among Cyclothymic / Irritable groups

|                      | % Mood Disorders | % Anxiety Disorders | % Impulsive Disorders | % Suicide Attempts |
|----------------------|------------------|---------------------|-----------------------|--------------------|
| None >2SD            | 8,3%             | 12,7%               | 1,5%                  | 1,5%               |
| CT Only >2SD         | 29,4%            | 26,1%               | 6,1%                  | 3%                 |
| IT only >2SD         | 14,4%            | 4,8%                | 5,4%                  | 0%                 |
| <b>CT+IT &gt;2SD</b> | <b>40,8%</b>     | <b>37,8%</b>        | <b>20,1%</b>          | <b>18,9%</b>       |
| P value              | <.001            | .3                  | <.001                 | <.001              |

**Data on file from LEBANON Study in General Population;  
Elie Karam et al, Feb 2013**

# Worsening OCD by Antidepressants: The Role of Affective Temperaments

|                                    | OCD Worsened<br>by AD<br>(n = 52) | OCD not<br>Worsened by AD<br>(n = 222) | p                          |
|------------------------------------|-----------------------------------|--|----------------------------|
| <b>Cyclothymic<br/>Temperament</b> | <b>65%</b><br><b>11,5</b>         | <b>50%</b><br><b>9,4</b>               | <b>.06</b><br><b>.01</b>   |
| <b>Irritable<br/>Temperament</b>   | <b>34%</b><br><b>6,9</b>          | <b>14%</b><br><b>5,1</b>               | <b>.007</b><br><b>.009</b> |
| <b>Suicide attempts</b>            | <b>31%</b>                        | <b>18%</b>                             | <b>.04</b>                 |

French study in a sample of 360 patients with OCD

# Past Response to Antidepressants (Bridge Study)

| (%)                        | BPD+ | BPD- |
|----------------------------|------|------|
| Hypomanic switches with AD | 33.4 | 18.0 |
| Mood lability with AD      | 62.8 | 35.5 |
| Irritability with AD       | 55.0 | 29.7 |
| Resistance to AD treatment | 33.3 | 21.3 |

All comparisons  $p < .0001$

BPD = Borderline Pers. Disorder

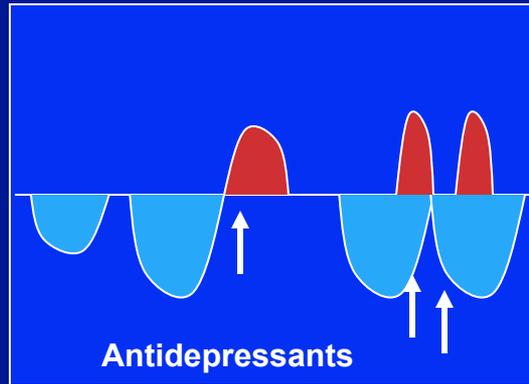
# Tempéraments: Applications thérapeutiques

# Exploring "Cyclothymia"

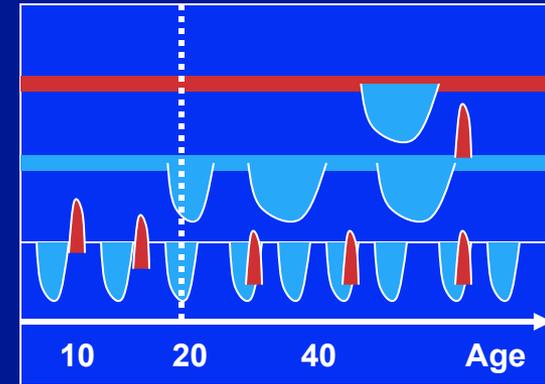
- Need to be recognized in clinical practice
- Getting the complete picture: temperament, episodes, age of onset, comorbidity, and "*marche*" of illness
- Refining the "BP-II" & "BP-NOS" entities (no more a "*foutoir sémiologique*" nor a confused spectrum)
- Avoiding initial exposure to AD and BZD
- For research: insisting on "Temperament Interactions" and "Family Loading" such as [Cyclo + Anxious], [Cyclo + Irritable], [Cyclo + Depressive] or [Cyclo + Hyperthymic]...
- Adapting the most appropriate Meds + Psycho-Education



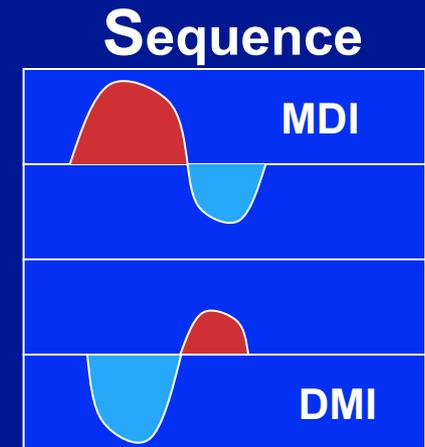
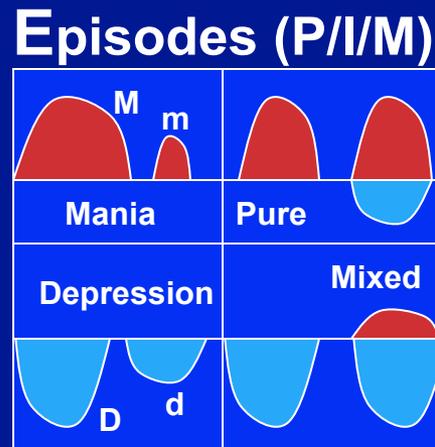
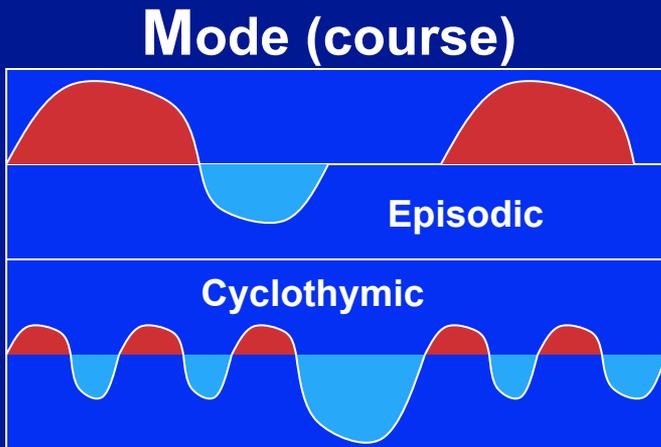
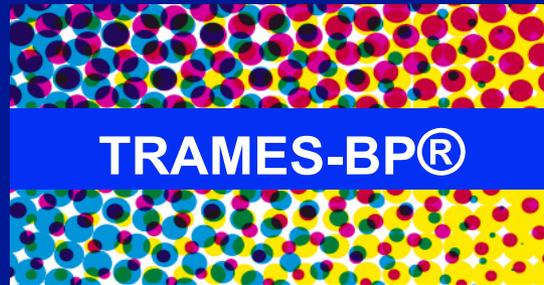
**Temperaments**



**Reactivity to drugs**



**Age of onset**



# Leçons à retenir

- Hétérogénéité clinique des troubles de l'humeur
- Place primordiale et déterminante des Tempéraments (Anxieux / Cyclothymique / Hyperthymique)
- Rôle aggravant des AD : plus de mal que d'efficacité !!
- Réactivité extrême des patients aux psychotropes : virages dans les deux sens
- Nécessité de **BILAN CLINIQUE INITIAL** (approche « TRAMES »)

# Dimensions élémentaires des Tempéraments: Questionnaire « RIPOST »

Développé par Hantouche, CTAH, 2010

# Réactivité Emotionnelle

## 01. J'ai des réactions émotionnelles rapides, brutales, à la limite impulsives

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 02. J'ai souvent des réactions émotives pour des événements qui n'en valent pas la peine

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 03. J'ai tendance à trop vite m'énerver ou à m'emporter lorsque je suis frustrée

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 04. Je réagis très vivement aux choses qui me touchent émotionnellement

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 05. Lorsque je m'énerve, j'ai beaucoup de mal à me calmer après-coup

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 06. J'ai des moments d'énervement graves au cours desquels je peux perdre mon contrôle.

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 07. Je stresse facilement pour des changements d'habitude ou des imprévus, même mineurs

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 08. Je m'aperçois souvent que mon humeur varie beaucoup en fonction de l'ambiance autour de moi

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 09. Je suis très sensible à la critique

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 10. Je suis facilement blessé ou offensé

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 11. J'ai l'impression d'être critique à l'égard des autres

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 12. Je peux m'attacher très fortement à une personne que je connais depuis très peu de temps

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

# Intensité Emotionnelle

## 16. Mes émotions ont tendance à être plus intenses que celles de la plupart des autres personnes

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 17. Mon cœur bat vite en attendant un événement excitant.

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 18. Quand je suis heureux(se), je ressens souvent une forte exubérance

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 19. Quand quelque chose de bien m'arrive, je jubile habituellement plus que les autres

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 20. La vue de quelqu'un qui est blessé gravement m'affecte profondément.

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 21. Quand je suis en colère, c'est difficile pour moi de rester rationnel et de ne pas réagir trop fort

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 22. Quand je suis anxieux(se) ou stressé(e), c'est habituellement très fort

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 23. Mes amis peuvent dire que je suis quelqu'un de tendu ou d'énervé

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 24. Quand je suis heureux(se), je tremble

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 25. Quand je me sens coupable, cette émotion est forte

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 26. Je me sens très mal quand je mens

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 27. Quand je suis heureux(se), je déborde d'énergie

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

# Polarité Emotionnelle

## 31. J'aime énormément être avec les autres (P)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 32. Mes émotions ont tendance à être plus positives que celles de la plupart des autres personnes (P)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 33. Quand je résous un petit problème personnel, je me sens euphorique (P)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 34. J'ai tendance à avoir souvent des émotions tristes, négatives (N)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 35. Je me soucie souvent de la possibilité d'échouer (N)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 36. Quand les choses vont bien, je me sens comme si j'étais « au sommet du monde » (P)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 37. Je me sens souvent de bonne humeur, euphorique et plein d'énergie (P)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 38. Quand je me sens plein d'énergie, je suis drôle et plein d'esprit (P)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 39. Les moments où je me sens vraiment bien sont peu fréquents (N)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 40. Quand je me sens bien, je sais que tout fonctionnera bien (P)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 41. J'aime bien m'accorder du temps nécessaire aux activités qui me plaisent (P)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 42. Mes amis ont tendance à me décrire comme une personne triste, peu enjouée (N)

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

# Stabilité Emotionnelle

## 46. J'ai des changements brutaux d'humeur et d'énergie

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 47. Mes émotions sont "trop haut" ou "trop bas", rarement "entre les deux"

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 48. Je m'aperçois souvent que mes réactions émotionnelles ne sont pas constantes

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 49. Je me sens souvent triste pendant quelques jours puis radieux et de bonne humeur

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 50. Je peux ressentir les choses de façon très vive ou au contraire très terne

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 51. Mes sentiments sont "trop haut" ou "trop bas", rarement "entre les deux"

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 52. Je prends grand plaisir à m'intéresser à d'autres personnes puis m'en désintéresse totalement

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 53. J'ai des périodes de pessimisme où j'oublie mes moments d'optimisme et d'enthousiasme

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 54. Je peux être triste et gai en même temps

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 55. D'un jour à l'autre, je peux être sociable, "boute en train" ou isolé, seul dans mon coin

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 56. J'ai l'impression que mes émotions forment des cycles avec des hauts et des bas

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 57. Mes cycles de hauts et de bas ont tendance à être récurrents

- |                      |                     |
|----------------------|---------------------|
| 1. Jamais            | 4. Habituellement   |
| 2. Presque jamais    | 5. Presque toujours |
| 3. Occasionnellement | 6. Toujours         |

## 58. Je constate que je démissionne souvent après des moments de forte ambition

# TEMPERAMENT ET RÉPONSE AU TRAITEMENT

| Tempérament   | Dépression                            | Manie                  |
|---------------|---------------------------------------|------------------------|
| Dépressif     | Fortes doses AD / vigilance au virage | Mauvaise réponse au Li |
| Hyperthymique | AD + faible dose de TR                | Bonne réponse au Li    |
| Cyclothymique | TR (VPA ou Lamotrigine)               | Bonne réponse au VPA   |

| Thymorégulateurs les plus utilisés  | Critères cliniques guidant le bon choix   | Critères tempéramentaux  |
|---|---|--|
| Lithium (Téralithe®)  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Episode d'Hypomanie euphorique</li> <li>- Séquence Hypomanie - Dépression</li> <li>- Absence de cycles rapides</li> <li>- Histoire familiale de Manie</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tempérament Hyperthymique</li> <li>- Forte intensité affective</li> </ul>   |
| Valproate (Dépakine®)<br>Divalproex (Dépakote®)<br>Valpromide (Dépamide®) | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hypomanie dysphorique ou mixte</li> <li>- Cycles rapides (4 épisodes ou plus, par an)</li> <li>- Comorbidité anxieuse (TOC, attaques de panique)</li> <li>- Abus de substance (alcool, cocaïne)</li> <li>- Migraine</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tempérament complexe : anxieux – cyclothymique – irritable</li> <li>- Forte réactivité émotionnelle</li> <li>- Traits de personnalité Borderline</li> </ul> |
| Lamotrigine (Lamictal®)   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Récurrence dépressive dominante (rareté des hypomanies)</li> <li>- Instabilité et labilité (cycles ultra-rapides dans la journée ou semaine)</li> <li>- Séquence Dépression - Hypomanie</li> </ul>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tempérament dépressif dominant</li> <li>- Forte réactivité émotionnelle</li> <li>- Traits de personnalité Borderline</li> </ul>                             |

# Tempéraments et Psychothérapies

- Logique de « *style affectif* » et non de « *fond* »
  - Dépasser les structures névrotiques / psychotiques / Borderline
  - Ne plus se borner aux conflits intrapsychiques
- Appréhender l'humain en fonction d'un style spécifique
  - en interaction avec son environnement (« Goodness of fit »)
- Plus adaptée à la psychoéducation et la prévention des rechutes
- Nécessaire pour l'autogestion
  - (détermination, discipline, autonomie, envie d'apprendre, passion de dominer la maladie, sagesse de respecter ses propres limites...)

# Tempéraments au sein de la Vie

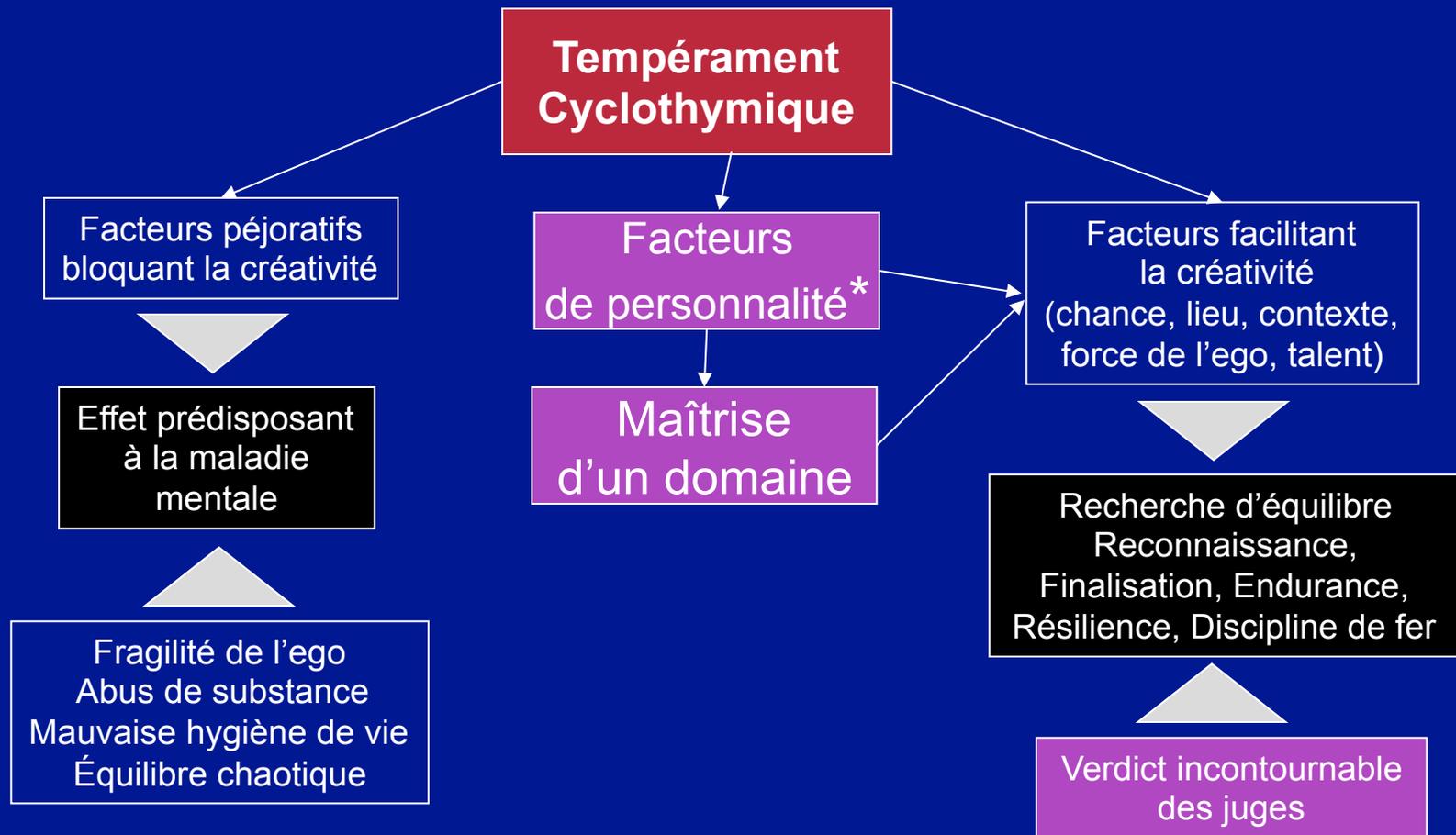
- Vie Professionnelle
- Vie Amoureuse
- Santé somatique
- Finalité sociale
- Créativité
- Connaissance de soi
- Respect de ses propres limites

|                                | <b>Hyperthymique</b>                  | <b>Cyclothymique</b>                | <b>Irritable</b>                            | <b>Dépressif</b>                        |
|--------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|---|---|
| Attrance par les gens qui sont | Grand soutien, attentifs, conciliants | Stables, séduisants, sûrs d'eux     | Autonomes, intelligents, stimulants         | Joyeux, ouverts à la nouveauté          |
| Principale peur                | Perdre les acquis                     | Abandon                             | Responsable des erreurs des autres          | Etre seul                               |
| Base des décisions             | Logique                               | Emotionnelle                        | Logique                                     | Emotionnelle                            |
| Attentes dans le couple        | Loyauté, dévouement                   | Soutien mutuel, engagement          | Vérité, confiance, besoin de temps pour soi | Réassurance, être centre de l'attention |
| Valeurs dans le couple         | Cohérence, ténacité, permanence       | Délicatesse, sensibilité, attention | Amitié, partenariat, complicité             | Intimité spirituelle et affective       |
| Formes de pouvoir              | Contrôle, intimidation, châtement     | Manipulation, silence, culpabilité  | Supériorité, intimidation, manipulation     | Séduction, soumission, impuissance      |

# Tempéraments & Indices Culturels

|                           |  |
|---------------------------|--|
| Tempérament Dépressif     | « <b>Collectivisme</b> » (degré d'intégration aux groupes) = cohésion sociale et bien-être du groupe (Corée, Portugal) |
| Tempérament Hyperthymique | « <b>Incertitude</b> » : ouverture aux changements, moins de règles, souplesse des directives (Portugal)               |
| Tempérament Irritable     | « <b>Distance par rapport au pouvoir</b> » : ressenti vis-à-vis de la distribution du pouvoir (Liban)                  |

# Cyclothymie : Pour le Pire et Pour le Meilleur



\* Loi des 10 paradoxes, curiosité, pensée divergente, expériences du flux,

Dr Elie Hantouche

# Les tempéraments affectifs

L'architecture naturelle  
de nos émotions

