

## TEST DE MOTIVATION A L'ARRET DU TABAC (LAGRUE ET LEGERON)

---

- 1. Pensez-vous que dans 6 mois :
  - Vous fumerez toujours autant..... 0
  - Vous aurez diminué un peu votre consommation de cigarettes..... 2
  - Vous aurez beaucoup diminué votre consommation de cigarettes... 4
  - Vous aurez arrêté de fumer..... 8
  
- 2. Avez-vous actuellement envie d'arrêter de fumer ?
  - Pas du tout..... 0
  - Un peu..... 1
  - Beaucoup..... 4
  - Enormément..... 6
  
- 3. Pensez-vous que dans 4 semaines ?
  - Vous fumerez toujours autant..... 0
  - Vous aurez diminué un peu votre consommation de cigarettes..... 2
  - Vous aurez beaucoup diminué votre consommation de cigarettes... 4
  - Vous aurez arrêté de fumer..... 6
  
- 4. Vous arrive-t-il de ne pas être content(e) de fumer ?
  - Jamais..... 0
  - Quelquefois..... 1
  - Souvent..... 2
  - Très souvent..... 3