

## Questionnaire de comportement tabagique :

# Test QCT2 de Gilliard

Ce questionnaire est destiné à étudier les raisons qui vous incitent actuellement à fumer. Pour chaque affirmation, nous vous demandons de préciser ce qui correspond à votre cas. Pour cela inscrivez une croix dans une et une seule des quatre colonnes de droite.

	0 Pas du tout	1 Plutôt non	2 Plutôt oui	3 Tout à fait	
1 - Je fume automatiquement, sans même y penser.					<b>D</b>
2 - Je fume pour faire comme les autres.					<b>S</b>
3 - Je fume quand je suis anxieux(se), préoccupé(e), inquiet(e).					<b>A</b>
4 - Le plaisir de fumer commence avec les gestes que je fais pour allumer ma cigarette.					<b>H</b>
5 - Dès que je ne fume pas, j'en suis très conscient(e) et je ne peux pas contrôler le désir de fumer.					<b>D</b>
6 - Je fume quand je suis avec d'autres fumeurs pour me faire accepter par eux.					<b>S</b>
7 - Je fume quand je me sens triste, déprimé(e).					<b>A</b>
8 - Je prends plaisir à allumer et à tenir une cigarette.					<b>H</b>
9 - Quand je n'ai pas pu fumer depuis un moment, j'ai vraiment une envie irrésistible d'une cigarette.					<b>D</b>
10 - Je fume pour en imposer aux autres.					<b>S</b>
11 - Fumer me calme, me détend, me décontracte.					<b>A</b>
12 - J'aime manipuler une cigarette.					<b>H</b>
13 - Je prends une cigarette sans savoir pourquoi, sans m'en rendre compte.					<b>D</b>
14 - Je fume quand je fais une pause.					<b>S</b>
15 - Je fume quand je suis en colère.					<b>A</b>
16 - Tirer sur une cigarette est relaxant.					<b>H</b>
17 - Je fume par habitude.					<b>D</b>
18 - Je fume pour avoir plus confiance en moi.					<b>S</b>
19 - J'allume une cigarette lorsque je suis tracassé(e).					<b>A</b>



**S.I.N.- Scientific Institute for Intelligent Nutrition**  
**Institut Scientifique pour une Nutrition Raisonnée**

20 - J'ai du plaisir à regarder les volutes de fumée.					<b>H</b>
21 - Lorsque je n'ai plus de cigarette, il faut absolument que je m'en procure.					<b>D</b>
22 - Je fume pour me donner une certaine contenance.					<b>S</b>
23 - Je fume chaque fois que je suis mal à l'aise.					<b>A</b>
24 - Je trouve beaucoup de plaisir dans l'acte de fumer.					<b>H</b>
25 - Je fume dans les moments d'attente.					<b>D</b>
26 - Je fume pour me donner du courage.					<b>S</b>
27 - Je fume quand je me sens seul(e) pour me tenir compagnie.					<b>A</b>
28 - Quand je me relaxe, j'ai du plaisir à fumer.					<b>H</b>

#### RÉSULTAT :

Faites la somme des D puis des S, puis des A et enfin des H, vous obtenez 4 totaux sur 21.

<b>DÉPENDANCE :</b>	1+5+9+13+17+21+25
<b>DIMENSION SOCIALE :</b>	2+6+10+14+18+22+26
<b>RÉGULATION DES AFFECTS NÉGATIFS :</b>	3+7+11+15+19+23+27
<b>RECHERCHE DE PLAISIR :</b>	4+8+12+16+20+24+28

<b>D - DÉPENDANCE :</b>	TOTAL = . . /21
<b>S - DIMENSION SOCIALE :</b>	TOTAL = . . /21
<b>A - RÉGULATION DES AFFECTS NÉGATIFS :</b>	TOTAL = . . /21
<b>H - HÉDONISME/GESTE :</b>	TOTAL = . . /21

#### Bibliographie :

Tabac-info-service.fr : Quand on sait, c'est plus facile d'arrêter

GILLIARD J., BRUCHON-SCHWEITZER M. COUSSON-GELIE F.

Construction et validation d'un questionnaire de comportement tabagiques (QCT 2). Psychologie et Psychométrie, 2000, 21, 4, 77-93.

GILLIARD J., BRUCHON-SCHWEITZER M.

Development and validation of a multidimensional smoking behavior questionnaire : SBQ. Psychological Reports, 2001, 89, 499-509.

GILLIARD J., BRUCHON-SCHWEITZER M.

Les conduites tabagiques et leurs déterminants. Chap. 10, in : « Les facteurs psychosociaux de la santé ». Paris, Dunod, 2001.



**S.I.I.N.- Scientific Institute for Intelligent Nutrition**  
**Institut Scientifique pour une Nutrition Raisonnée**