

ÉVALUATION DE LA CONFIANCE EN SOI

POUR ARRÊTER DE FUMER, AVEZ-VOUS CONFIANCE EN VOUS ?

Estimez-vous sur une échelle de 0 à 10. Entourez un seul chiffre.

Outil qui peut être présenté sous différentes formes : échelle horizontale ou verticale.

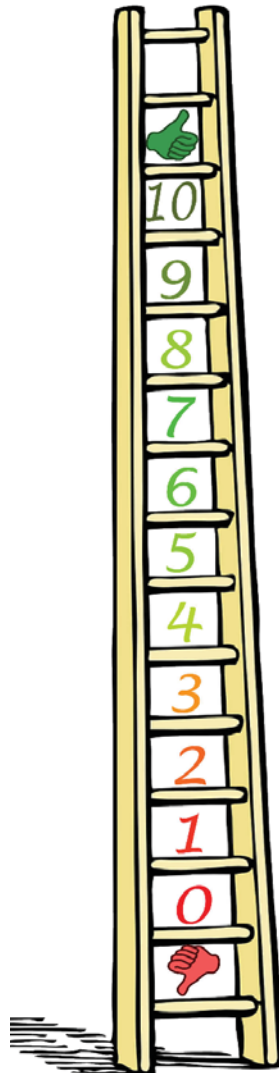
*Je suis tout à fait sûr(e) que
je recommencerais à fumer*



*Je suis tout à fait sûr(e) que
mon arrêt sera définitif*

OU

*Je suis tout à fait sûr(e)
que mon arrêt sera définitif*



*Je suis tout à fait sûr(e)
que je recommencerais à fumer*



Service d'Etude et de Prévention du Tabagisme
Service d'aide et de soins spécialisés en assuétudes agréé et subventionné par la Région Wallonne

Rue de la Seuwe, 17 - 7000 MONS
Tél : +32 65 317 377 - GSM : +32 470 286 776 - Courriel : email@sept.be
www.sept.be

