

PROGRAMME Décllic

ÉVALUER L'INTENSITÉ DES SYMPTÔMES DE SEVRAGE (CWS-21)



Remplissez le tableau sur comment vous vous sentez **aujourd'hui**.

1	Absolument pas d'accord
2	Plutôt pas d'accord
3	Plus ou moins d'accord
4	Plutôt d'accord
5	Tout à fait d'accord

	1	2	3	4	5
Dépression - anxiété					
J'ai le cafard					
Je n'ai pas le moral					
Je me sens angoissé-e					
Je me sens inquiet-e					
Besoin urgent de fumer					
J'ai une idée fixe, fumer une cigarette					
La cigarette me manque terriblement					
Je ressens un besoin irrésistible de fumer					
J'ai envie de tenir une cigarette entre les doigts					
Irritabilité - impatience					
Je suis irritable					
Je me mets facilement en colère					

PROGRAMME Déclic

	1	2	3	4	5
Je manque de patience					
Je me sens nerveux-se					
<i>Difficultés de concentration</i>					
J'ai de la peine à réfléchir					
J'éprouve de la difficulté à me concentrer					
Il m'est difficile d'être attentif-ve dans mes tâches					
<i>Appétit - prise de poids</i>					
Je mange davantage que d'habitude					
Mon appétit est augmenté					
J'ai pris du poids récemment					
<i>Insomnies</i>					
J'ai des insomnies					
Je me réveille souvent pendant la nuit					
Le soir, il m'est difficile de m'endormir					