

HORN

*Permet d'établir un profil
psychologique de la
dépendance au tabac et de
décrire le tabagisme d'une
personne en déterminant
les différents facteurs qui la
poussent à fumer*

1. Les cigarettes m'aident à rester éveillé(e), concentré(e), efficace :
 Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)
2. C'est agréable de tenir une cigarette entre les doigts :
 Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)
3. Fumer est pour moi une détente :
 Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)
4. J'allume une cigarette quand je suis soucieux(se), contrarié(e), :
 Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)
5. Quand je n'ai plus de cigarettes, je cours en acheter :
 Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)
6. Je ne remarque même plus quand je fume, c'est tout à fait automatique :
 Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)
7. Je fume pour me donner du courage, pour me mettre en forme :
 Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)
8. Le simple fait d'allumer une cigarette procure aussi du plaisir :
 Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)
9. Il y a une quantité de plaisirs dans l'acte de fumer :
 Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

10. Je fume quand je suis mal à l'aise ou quand je suis énervé(e) :

Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

11. Je ne suis pas dans le coup quand je ne fume pas :

Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

12. J'allume une cigarette alors qu'une autre brûle dans le cendrier :

Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

13. Je fume pour retrouver mon entrain :

Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

14. J'ai du plaisir à regarder les volutes de fumée :

Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

15. Je fume quand je me sens bien détendu (e) :

Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

16. Je fume pour oublier quand j'ai le cafard :

Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

17. Quand je n'ai pas pu fumer pendant un moment, le désir devient irrésistible :

Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

18. Je constate parfois avec étonnement que j'ai une cigarette dans la bouche :

Toujours (5) Souvent (4) Moyennement (3) Parfois (2) Jamais (1)

Interprétation

Stimulation : Q1 + Q7 + Q13

Plaisir du geste : Q2 + Q8 + Q14

Relaxation : Q3 + Q9 + Q15

Anxiété - Soutien : Q4 + Q10 + Q16

Besoin absolu : Q5 + Q11 + Q17

Habitude acquise : Q6 + Q12 + Q18

Un total de plus de 10 sur une ligne indique une raison qui pousse à fumer.