

--	--	--	--	--	--

QMC/Al-Cann-Dr''

Questionnaire sur la motivation au changement

Traduction française par Joël Tremblay (1999) du "Readiness to Change Questionnaire" (RCQ) de Heather N., & Rollnick, S. (1993).
Joel.Tremblay@uqtr.ca; Département de psychoéducation, Université du Québec à Trois-Rivières

Les trois questionnaires qui suivent concernent la motivation au changement aux habitudes de consommation d'alcool, de cannabis et des autres drogues. Vous trouverez un questionnaire différent pour chacune des substances consommées (*QMC-Alcool*, *QMC-Cannabis*, *QMC-Autres drogues*).

AVEZ-VOUS CONSOMMÉ LES PRODUITS SUIVANTS DEPUIS 3 MOIS?

Oui **Non**
Alcool

Date de la dernière consommation

<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Année			Mois			Jour	

Cannabis

Date de la dernière consommation

<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Année			Mois			Jour	

Autres drogues

Date de la dernière consommation

<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Année			Mois			Jour	

Date de l'évaluation

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>	-	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Année					Mois			Jour	

Prénom et nom de l'intervenant (lettres moulées s.v.p.)

QMC-Alcool

Questionnaire sur la Motivation au Changement

Traduction par Tremblay J. (1999) du "Readiness to Change Questionnaire" (RCQ) de Heather, N., & Rollnick, S. (1993)

Les questions suivantes nous informent sur ce que vous pensez actuellement et comment vous vous sentez maintenant concernant votre consommation d'alcool. Prenez le temps de lire chacune des questions et décidez si vous êtes d'accord ou non avec celles-ci. Veuillez noircir le cercle qui représente votre choix pour chaque question.

Attention!!

Avez-vous consommé de l'alcool au cours des 10 derniers jours?

- Oui ➔ Répondre à toutes les questions.
 Non ➔ Ne pas répondre aux questions.

	Fortement en désaccord	En désaccord	Incertain	D'accord	Fortement d'accord
1. Je ne bois pas trop	1. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. J'essaie de boire moins qu'avant	2. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. J'aime boire, mais parfois je bois trop	3. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Parfois je pense que je devrais moins boire	4. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. C'est une perte de temps de penser à ma consommation d'alcool	5. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Je viens tout juste de changer mes habitudes de consommation d'alcool	6. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. N'importe qui peut dire qu'il veut changer ses habitudes de consommation d'alcool, mais je suis déjà en train de faire quelque chose pour les changer	7. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Je suis à l'étape où je devrais penser à moins boire	8. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Ma consommation d'alcool est parfois un problème	9. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Je n'ai pas besoin de penser à changer ma consommation d'alcool ..	10. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Je suis maintenant en train de changer mes habitudes de consommation d'alcool	11. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Boire moins n'est pas nécessaire pour moi	12. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

QMC-Cannabis

Questionnaire sur la Motivation au Changement

Traduction par Tremblay J. (1999) du "Readiness to Change Questionnaire" (RCQ) de Heather, N., & Rollnick, S. (1993)

Les questions suivantes nous informent sur ce que vous pensez actuellement et comment vous vous sentez maintenant concernant votre consommation de cannabis. Prenez le temps de lire chacune des questions et décidez si vous êtes d'accord ou non avec celles-ci. Veuillez noircir le cercle qui représente votre choix pour chaque question.

Attention!!

Avez-vous consommé du cannabis au cours des 10 derniers jours?

- Oui ➡ Répondre à toutes les questions.
 Non ➡ Ne pas répondre aux questions.

	Fortement en désaccord	En désaccord	Incertain	D'accord	Fortement d'accord
1. Je ne consomme pas trop de cannabis	1. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. J'essaie de consommer moins de cannabis qu'avant	2. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. J'aime consommer du cannabis, mais parfois j'en consomme trop ...	3. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Parfois je pense que je devrais consommer moins de cannabis	4. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. C'est une perte de temps de penser à ma consommation de cannabis	5. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Je viens tout juste de changer mes habitudes de consommation de cannabis	6. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. N'importe qui peut dire qu'il veut changer ses habitudes de consommation de cannabis, mais je suis déjà en train de faire quelque chose pour les changer	7. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Je suis à l'étape où je devrais penser à consommer moins de cannabis	8. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Ma consommation de cannabis est parfois un problème	9. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Je n'ai pas besoin de penser à changer ma consommation de cannabis	10. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Je suis maintenant en train de changer mes habitudes de consommation de cannabis	11. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Consommer moins de cannabis n'est pas nécessaire pour moi	12. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

QMC-Autres drogues

Questionnaire sur la Motivation au Changement

Traduction par Tremblay J. (1999) du "Readiness to Change Questionnaire" (RCQ) de Heather, N., & Rollnick, S. (1993)

Les questions suivantes nous informent sur ce que vous pensez actuellement et comment vous vous sentez maintenant concernant votre consommation de drogues. Prenez le temps de lire chacune des questions et décidez si vous êtes d'accord ou non avec celles-ci. Veuillez noircir le cercle qui représente votre choix pour chaque question.

Attention!!

Avez-vous consommé d'autres drogues que le cannabis au cours des 10 derniers jours?

Oui ➔ Répondre à toutes les questions.

Non ➔ Ne pas répondre aux questions.

	Fortement en désaccord	En désaccord	Incertain	D'accord	Fortement d'accord
1. Je ne consomme pas trop de drogues	1. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. J'essaie de consommer moins de drogues qu'avant	2. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. J'aime consommer des drogues, mais parfois j'en consomme trop ..	3. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Parfois je pense que je devrais consommer moins de drogues	4. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. C'est une perte de temps de penser à ma consommation de drogues	5. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Je viens tout juste de changer mes habitudes de consommation de drogues	6. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. N'importe qui peut dire qu'il veut changer ses habitudes de consommation de drogues, mais je suis déjà en train de faire quelque chose pour les changer	7. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Je suis à l'étape où je devrais penser à consommer moins de drogues	8. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Ma consommation de drogues est parfois un problème	9. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Je n'ai pas besoin de penser à changer ma consommation de drogues	10. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Je suis maintenant en train de changer mes habitudes de consommation de drogues	11. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Consommer moins de drogues n'est pas nécessaire pour moi	12. <input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

QMC-AI/Dr

Questionnaire sur la Motivation au Changement

(version alcool/cannabis/autres drogues)

Traduction par Tremblay J. (1999) du "Readiness to Change Questionnaire" (RCQ) de Heather, N., & Rollnick, S. (1993)

Grille de cotation

Fortement en désaccord	=	-2
En désaccord	=	-1
Incertain	=	0
D'accord	=	+1
Fortement d'accord	=	+2

1. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 2. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 3. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 4. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 5. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 6. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 7. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 8. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 9. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 10. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 11. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 12. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	1. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 2. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 3. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 4. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 5. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 6. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 7. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 8. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 9. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 10. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 11. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 12. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	1. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 2. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 3. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 4. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 5. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 6. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 7. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 8. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 9. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 10. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 11. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> 12. <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>
---	---	---

<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>	<input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/> <input style="width: 40px; height: 20px;" type="text"/>
Pré- Contemplation	Pré- Contemplation	Pré- Contemplation
Contemplation	Contemplation	Contemplation
Action	Action	Action

QMC - ALCOOL

QMC - CANNABIS

QMC - AUTRES DROGUES

QMC-AI/Dr

Questionnaire sur la Motivation au Changement

(version alcool/cannabis/autres drogues)

Traduction par Tremblay J. (1999) du "Readiness to Change Questionnaire" (RCQ) de Heather, N., & Rollnick, S. (1993)

Le degré de motivation est noté dans le tableau suivant

Questionnaire sur la Motivation au Changement des habitudes de consommation d'alcool

Le score le plus élevé est celui qui détermine le stade de motivation
Si 2 stades égaux, opter pour le plus évolué dans l'axe de motivation
Attention ! Un score de +8 en précontemplation indique
négation du problème

Action	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8
Contemplation	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8
Pré - Contemplation	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8

Questionnaire sur la Motivation au Changement des habitudes de consommation de cannabis

Le score le plus élevé est celui qui détermine le stade de motivation
Si 2 stades égaux, opter pour le plus évolué dans l'axe de motivation
Attention ! Un score de +8 en précontemplation indique
négation du problème

Action	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8
Contemplation	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8
Pré - Contemplation	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8

Questionnaire sur la Motivation au Changement des habitudes de consommation des autres drogues

Le score le plus élevé est celui qui détermine le stade de motivation
Si 2 stades égaux, opter pour le plus évolué dans l'axe de motivation
Attention ! Un score de +8 en précontemplation indique
négation du problème

Action	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8
Contemplation	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8
Pré - Contemplation	-8	-7	-6	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	6	7	8