

Test motywacyjny do zaprzestania palenia wg Schneider



Imię i nazwisko pacjenta: Rok urodzenia:

Pytanie

1. Czy chcesz rzucić palenie tytoniu?
2. Czy decydujesz się na to dla siebie samego (podkreśl „Tak”), czy dla kogoś innego, na przykład dla rodziny itp. (podkreśl „Nie”)
3. Czy podejmowałeś(eś) już próby rzucenia palenia?
4. Czy orientujesz się w jakich sytuacjach palisz najczęściej?
5. Czy wiesz dlaczego palisz tytoni?
6. Czy mogłabyś/mógłbyś liczyć na pomoc rodziny, przyjaciół itp., gdybyś chciał(a) rzucić palenie?
7. Czy członkowie Twojej rodziny są osobami niepalącymi?
8. Czy w miejscu, w którym pracujesz nie pali się tytoniu?
9. Czy jesteś zadowolony ze swojej pracy i trybu życia?
10. Czy orientujesz się, gdzie i w jaki sposób szukać pomocy, gdybyś miał(a) problemy z utrzymaniem abstynencji?
11. Czy wiesz na jakie pokusy i trudności będziesz narażony(a) w okresie abstynencji?
12. Czy wiesz, w jaki sposób samej/samemu sobie poradzić w sytuacjach kryzysowych?

Odpowiedź

- | | |
|-----|-----|
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |
| Tak | Nie |

SUMA

Opracowanie merytoryczne: Centrum Onkologii – Instytut, ul. Roentgena 5,
02-781 Warszawa, tel./faks 022 643 92 34, e-mail: canepid@coi.waw.pl



Interpretacja wyników testu

Test mierzy motywację pacjenta do zaprzestania palenia tytoniu. Aby to sprawdzić, należy podsumować wszystkie udzielone przez pacjenta odpowiedzi „Tak” i osobno podsumować odpowiedzi „Nie”.

Jeśli suma udzielonych przez pacjenta odpowiedzi „TAK” jest wyższa od sumy odpowiedzi „NIE” oznacza to, że umotywowany jest on stosunkowo silnie do zerwania z nałogiem palenia tytoniu. Im częściej razy na pytania testu pacjent odpowiadał twierdząco, tym większa jest jego gotowość do zaprzestania palenia.

Jeśli natomiast pacjent częściej zakreślał odpowiedzi „NIE” oznacza to, że jego gotowość do zerwania z nałogiem nie jest zbyt wysoka i może w ogóle nie zdecydować się na podjęcie próby zaprzestania palenia bądź może ponieść porażkę już w pierwszych dniach abstynencji. Należy sprawdzić, na które pytania pacjent udzielił odpowiedzi przezejącej, doradzić mu, jak ma rozwiązać swoje problemy oraz zaproponować podjęcie kolejnej próby zerwania z nałogiem.



Wydano w ramach „Programu ograniczania zdrowotnych następstw palenia tytoniu w Polsce”, w roku 2008.