

Dossier :

### QUESTIONNAIRE SUR LES PARCOURS DE JEU.

(utilisé avec l'autorisation des auteurs - révision 25nov2020)

---

Ce questionnaire est complété dans le cadre de ma démarche au Télécounseling offert par le Centre de Référence du Grand Montréal. Il ne peut être transmis, donné ou utilisé à d'autres fins sans mon consentement. Il pourra être utilisé à des fins de recherche si mon identité est retiré du matériel.

NOM: \_\_\_\_\_ PRENOM: \_\_\_\_\_ DATE: \_\_\_\_\_

---

**Les énoncés suivants concernent votre point de vue et vos croyances au sujet du jeu, de vous-même et de votre vie. Cocher UNE SEULE CASE sur chaque ligne, celle avec laquelle vous êtes le plus en accord ou en désaccord**

1. - Je joue principalement pour réduire mon stress, pour me calmer les nerfs.
2. - J'aime faire ou dire des bêtises juste pour provoquer les autres.
3. - Les jeux de hasard me donnent un but dans la vie.
4. - Je dis souvent aux autres des paroles blessantes quand je suis en colère.
5. - Jouer me permet d'oublier mes responsabilités pour un temps.
6. - Quand je veux du sexe, je suis d'accord pour payer.
7. - Si je gagnais gros, ça donnerait un sens à ma vie.
8. - Je vais souvent accepter des défis même si c'est dangereux.
9. - J'achète souvent sur un coup de tête même si je n'en ai pas les moyens.
- 10.- Quand je suis en colère, ça me fait toujours du bien de frapper ou de lancer des objets.
- 11.- Si je gagnais au jeu, je ne me sentirais pas autant comme un échec.
- 12.- Je deviens rapidement impatient quand je dois attendre, dans une ligne ou après d'autres personnes.
- 13.- J'obéis aux règlements seulement quand je pense que je peux me faire prendre.
- 14.- Je joue principalement pour m'aider à gérer le stress et les pressions de la vie.

**Les prochains énoncés concernent les émotions et les comportements que vous aviez AVANT que le jeu ne devienne un problème pour vous et APRÈS que le jeu soit devenu un problème. Les questions se répètent mais vous pouvez avoir des réponses différentes selon qu'il s'agisse d'avant ou d'après l'apparition du problème de jeu. Cocher UNE SEULE CASE sur chaque ligne, selon que vous soyez le plus en accord ou en désaccord.**

**AVANT que le jeu ne devienne un problème pour moi...**

15.- je me sentais souvent en panique.

16.- Je me sentais souvent tendu et nerveux.

17.- Je m'inquiétais souvent.

18.- Je me suis senti souvent triste et déprimé pour des périodes de temps (pendant au moins 2 semaines).

**DEPUIS que le jeu est devenu un problème pour moi...**

19.- Je me sens souvent en panique.

20.-Je suis souvent tendu et nerveux.

21.- Je m'inquiète beaucoup.

22.- je me sens souvent triste et déprimé pour des périodes de temps (pendant au moins deux semaines).

**Maintenant, nous voudrions vous poser des questions au sujet de votre enfance et adolescence. SVP, cocher UNE SEULE CASE sur chaque ligne, selon que vous soyez le plus en accord ou en désaccord.**

**Comme enfant ou adolescent, j'ai été ...**

23.- frappé ou j'ai reçu des coups de poing ou des coups de pieds.

24.- souvent taquiné ou intimidé.

25.- souvent traité de « bon à rien », de « stupide » ou de d'autres noms qui me faisait de la peine.

26.- soumis à des contacts sexuels inappropriés ou que je ne désirais pas.

27.- abandonné ou ignoré par ceux qui devaient prendre de moi.

28.- souvent laissé seul à la maison sans vêtements appropriés, sans nourriture, sans chauffage ou sans autre chose dont j'aurais vraiment eu besoin.

29.- exposé à ou été témoin de la violence physique à l'endroit d'une autre personne.

**Finalement, quelques questions additionnelles sur le jeu et sur les convictions que vous entretenez sur vous-même et sur la vie en général.**

- 30.- Le seul moment où je me sens important est quand je joue.
- 31.- je peux m'intéresser à une personne dans le seul but d'avoir du sexe.
- 32.- Depuis l'enfance, je me suis toujours mis facilement dans le trouble.
- 33.- Je peux gager sur n'importe quoi pourvu que ce soit excitant.
- 34.- Je joue pour ne plus penser à mes problèmes.
- 35.- Si nécessaire, je vais poser des gestes illégaux qui n'ont aucun lien avec le jeu.
- 36.- Une personne qui me connaîtrait bien dirait de moi que je suis imprévisible et changeant(e).
- 37.- Si seulement je pouvais gagner au jeu, je ne me sentirais pas aussi impuissant par rapport à ma vie.
- 38.- Il m'arrive souvent de me battre physiquement avec d'autres personnes.
- 39.- Si je fais quelque chose que j'aime, je le fais en ne tenant pas compte des conséquences.
- 40.- Le jeu me permet d'oublier certains mauvais souvenirs de ma vie.
- 41.- Parfois je me fâche sans bonne raison.
- 42.- J'ai eu des relations sexuelles non protégées avec quelqu'un que je ne connaissais pas bien.
- 43.- Le jeu me permet d'éviter d'affronter des situations pénibles ou certaines personnes qui me dérangent.
- 44.- Je me permets de mentir si c'est à mon avantage de le faire.
- 45.- Le jeu m'engourdit assez pour m'éviter de ressentir des émotions désagréables.
- 46.- Je manipule souvent les gens pour obtenir d'eux ce que je veux.
- 47.- Je dis souvent des paroles ou fais souvent des actions sans réfléchir.
- 48.- Si quelqu'un me dit de ne pas faire quelque chose, j'ai encore plus le goût de le faire.

---

NOTE : SVP, donner le numéro des questions qui n'auraient pas été claires pour vous. Vous pourrez en parler avec votre conseillère ou votre conseiller :

---