


# Inventaire de la consommation d'alcool et d'autres produits

Ce questionnaire d'exploration décrit le rapport à l'alcool et aux autres produits psychoactifs : habitudes de consommation, perte de contrôle et envie, conséquences, motifs de consommation (gérer ses émotions, plaisir et lien social), ambivalence et envie de changer. En addictologie comme en suivi psychologique, il aide à comprendre la fonction que remplit le produit, ce qui oriente le travail, et à repérer où en est la personne dans son envie de changer, pour adapter l'approche motivationnelle.

| | |
|---|---|
| Nombre de questions | 24 questions |
| Durée estimée | 6 minutes |
| Langue | Français |
| Nom original | Alcohol and Substance Use Inventory |
| Public cible | Adulte |
| Catégorie | Addictions |

## Aperçu des 24 questions

Au cours des trois derniers mois, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

**Je bois de l'alcool ou je consomme d'autres produits plusieurs jours d'affilée.**

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Au cours des trois derniers mois, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

**Je bois de l'alcool ou je consomme d'autres produits en plus grande quantité que prévu.**

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Au cours des trois derniers mois, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

**Je me sens mal physiquement à cause de ma consommation d'alcool ou d'autres produits (fatigue, nausées, malaises).**

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Au cours des trois derniers mois, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

**Je bois de l'alcool ou je consomme un autre produit pour me calmer quand je suis stressé(e) ou anxieux(se).**

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Au cours des trois derniers mois, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

**Avec des personnes que je connais peu, je bois de l'alcool ou je consomme un autre produit pour me sentir à l'aise.**

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent


### Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›


## Cotations & interprétations

**Cotation**

Chaque affirmation est cotée de 0 (jamais) à 4 (très souvent) selon sa fréquence au cours des trois derniers mois. Chaque domaine réunit 4 affirmations réparties dans le questionnaire, soit un score de 0 à 16.

**Lecture du profil**

Il n'y a pas de score global : les domaines sont classés du plus au moins marqué, chacun avec ce qu'il recouvre et les points à explorer en entretien. Le profil distingue ce que coûte la consommation (perte de contrôle, conséquences) de la fonction qu'elle remplit : consommer pour gérer ses émotions est plus souvent associé aux problèmes liés à la consommation que consommer pour le plaisir ou le lien social, et n'appelle pas le même travail. Le domaine « Ambivalence et envie de changer » se lit avec les autres : faible alors que la perte de contrôle ou les conséquences sont marquées, il évoque une consommation que la personne ne voit pas encore comme un problème, et oriente vers l'entretien motivationnel.

**Points de vigilance**

Le questionnaire ne demande ni les produits consommés ni les quantités : ils se précisent en entretien, en verres standard pour l'alcool. Des signes de manque physique (tremblements, sueurs, malaise au réveil) appellent un avis médical avant toute réduction : l'arrêt brutal de l'alcool ou de certains médicaments peut être dangereux. Le questionnaire ne comporte pas de question sur les idées de suicide, plus fréquentes en cas de consommation problématique : elles se recherchent en entretien, en particulier lorsque le domaine « Consommer pour gérer ses émotions » est marqué. Le tabac, non exploré ici, s'évalue avec le FTND.

**Limites**

Ce questionnaire d'exploration n'a pas fait l'objet d'une validation psychométrique et ne comporte pas de seuils. Il soutient l'entretien clinique et ne pose pas de diagnostic.

Exemple de cotation

Cotation

## Habitudes de consommation 9 / 16

Rythme et intensité de la consommation : jours de consommation qui s'enchaînent, grandes quantités en une occasion, mélanges de produits, besoin de quantités importantes pour ressentir l'effet.

**À explorer :** les produits consommés, une semaine type, les occasions d'excès, les contextes de consommation.

**Pour approfondir :** AUDIT, ASSIST, CUDIT.

## Perte de contrôle et envie 9 / 16

Difficulté à limiter sa consommation, envies difficiles à contenir, pauses qui ne tiennent pas et malaise quand le produit manque.

**À explorer :** les tentatives de réduction ou d'arrêt et ce qui les a fait échouer, les situations qui déclenchent l'envie, les signes de manque.

**Pour approfondir :** SDS.

## Ambivalence et envie de changer 7 / 16

Inquiétude face à sa consommation, réflexion sur ce qu'elle apporte et coûte, hésitation entre changer et continuer, doute sur sa capacité à y arriver.

**À explorer :** ce que la personne gagne et perd à consommer et à changer, son objectif (réduire ou arrêter), les tentatives passées, ce qui l'aiderait à avancer.

**Pour approfondir :** URICA.

## Conséquences 5 / 16

Retentissement de la consommation sur la santé, le travail ou les études et les relations, et prises de risque sous l'effet du produit.

**À explorer :** les problèmes de santé, les difficultés au travail ou dans les études, les tensions avec les proches, les situations de danger (conduite, sexualité, violence), d'éventuelles suites judiciaires.

**Pour approfondir :** AUDIT, DAST.

## Consommer pour gérer ses émotions 5 / 16

Consommation qui sert à apaiser le stress, la tristesse ou la solitude, à trouver le sommeil ou à tenir à distance des pensées et des souvenirs pénibles.

**À explorer :** ce que la personne ressent avant de consommer, ce que le produit lui apporte sur le moment, une anxiété, une humeur dépressive, des troubles du sommeil ou un vécu traumatique sous-jacents.

**Pour approfondir :** GAD-7, PHQ-9, PCL-5.

## Consommer pour le plaisir et le lien social 4 / 16

Consommation liée à la recherche d'ivresse ou d'euphorie, aux sorties, à l'aisance avec les autres et à l'influence de l'entourage.

**À explorer :** les contextes festifs, l'entourage qui consomme, ce que la personne craindrait de perdre en réduisant (sorties, amis, aisance), d'autres façons de retrouver ces moments.

Aucun seuil clinique ni psychométrique validé n'est actuellement établi pour ce test. Les résultats doivent donc être considérés comme des indicateurs exploratoires, destinés à soutenir l'entretien clinique, et non comme des éléments diagnostiques.


## Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement

Voir tous les questionnaires

★★★★★

“Sceptique au départ, je ne peux finalement plus me passer de cet outil dans ma pratique.”

 Elodie C. - Psychologue TCC