

AUTOTEST ARRET TSO



1. Avez-vous complètement arrêté de consommer des drogues illégales comme l'héroïne, la cocaïne, les amphétamines ? oui non
2. Pensez-vous pouvoir faire face à des situations difficiles sans vous tourner vers la drogue ? oui non
3. Travaillez-vous ou suivez-vous des études ? oui non
4. Evitez-vous le contact avec les toxicomanes et les activités illégales ? oui non
5. Avez-vous jeté votre "kit de toxicomane" ? oui non
6. Habitez-vous dans un quartier où il n'y a pas beaucoup de toxicomanes et vous y sentez-vous à l'aise ? oui non
7. Vivez-vous dans un milieu familial stable ? oui non
8. Avez-vous des amis qui ne prennent pas de drogue avec qui vous passez du temps ? oui non
9. Pouvez-vous compter sur l'aide d'amis ou de membres de votre famille au cours du processus de diminution graduelle ? oui non
10. Avez-vous participé à des séances de counseling qui vous ont été utiles ? oui non
11. Est-ce que votre intervenant pense que vous êtes prêt à diminuer votre dose ? oui non
12. Demanderez-vous de l'aide si vous vous sentez mal pendant le processus de diminution graduelle ? oui non
13. Etes-vous stabilisé avec une dose relativement basse de méthadone ? oui non
14. Prenez-vous de la méthadone depuis longtemps ? oui non
15. Etes-vous en bonne santé mentale et physique ? oui non
16. Voulez-vous arrêter de prendre de la méthadone ? oui non

Répondez honnêtement à ces questions. Plus souvent vous répondez "oui", plus grandes seront vos chances d'être prêt à diminuer graduellement votre dose de méthadone. Considérez chaque fois que vous répondez "non" comme un facteur sur lequel vous devriez vous concentrer pour augmenter vos chances de réussir une diminution graduelle et un rétablissement.