

Severity of Dependence Scale (SDS) voor roken



ROKEN

In de afgelopen 3 maanden ...

1. Had je wel eens het gevoel dat je je rookgedrag niet meer onder controle had?
 - (Bijna) nooit
 - Soms
 - Vaak
 - (Bijna) altijd
2. Werd je wel eens angstig of bezorgd bij de gedachte dat je geen sigaret kon opsteken?
 - (Bijna) nooit
 - Soms
 - Vaak
 - (Bijna) altijd
3. Maakte je je zorgen over je rookgedrag?
 - Helemaal niet
 - Een beetje
 - Redelijk
 - Veel
4. Heb je wel eens willen stoppen met het roken van sigaretten?
 - (Bijna) nooit
 - Soms
 - Vaak
 - (Bijna) altijd
5. Hoe moeilijk lijkt het jou om te stoppen met roken?
 - Niet moeilijk
 - Beetje moeilijk
 - Erg moeilijk
 - Onmogelijk