

Etes-vous un acheteur compulsif ?

Test de la Compulsive Buying Scale de Faber et O'Guinn

1. Vous arrive-t-il d'être saisi(e) d'une irrésistible envie d'aller dépenser votre argent pour faire un achat quel qu'il soit ?	OUI	NON
2. Vous arrive-t-il d'acheter des objets qui vous paraissent inutiles ensuite ?	OUI	NON
3. Vous est-il arrivé de vous sentir énervé(e), agité(e) ou irritable quand vous n'avez pas réalisé un achat ?	OUI	NON
4. Vous arrive-t-il d'éviter certains magasins de crainte d'acheter trop ?	OUI	NON
5. Proposez-vous à quelqu'un de vous accompagner dans vos courses seulement pour éviter d'acheter trop ?	OUI	NON
6. Avez-vous déjà caché des achats à votre entourage ?	OUI	NON
7. Une irrésistible envie d'acheter peut-elle vous amener à manquer une sortie avec des amis ?	OUI	NON
8. Vous êtes-vous déjà absenté(e) de votre travail pour faire des achats ?	OUI	NON
9. Un ou plusieurs achats ont-ils pu provoquer des reproches de votre entourage ?	OUI	NON
10. Un ou plusieurs achats ont-ils pu provoquer une mésentente prolongée ou une séparation ?	OUI	NON
11. Est-il arrivé qu'un achat soit responsable de difficultés bancaires ?	OUI	NON
12. L'un de vos achats a-t-il été responsable de poursuites judiciaires ?	OUI	NON
13. Avez-vous continué à faire des achats malgré les difficultés (familiales ou financières) qu'ils provoquaient ?	OUI	NON
14. Regrettez-vous régulièrement vos achats ?	OUI	NON
15. Vos achats sont-ils précédés d'une impression de tension et de nervosité ?	OUI	NON
16. La réalisation de vos achats apaise-t-elle la tension ou la nervosité ?	OUI	NON
17. Existe-t-il des périodes d'achats multiples, excessifs, accompagnés d'un sentiment de générosité ?	OUI	NON
18. Vous arrive-t-il d'acheter quelque chose sur un « coup de tête », sans l'avoir prévu à l'avance, au moins une fois par mois ?	OUI	NON
19. Les achats « coup de tête » ou excessifs, s'ils existent, représentent-ils au moins un quart de vos revenus ?	OUI	NON

Résultats :

Comptez un point par réponse positive.

Vous avez obtenu :

- **Moins de 5 points** : rien à signaler.

- **Entre 5 et 8 points** : vous avez des difficultés à contrôler vos dépenses et à résister au désir d'acheter.

- **entre 8 et 12 points** : vous dépensez de plus en plus et de façon inconsidérée, au risque de vous surendetter.

- **Plus de 12 points** : vous êtes un acheteur compulsif, comme c'est le cas de 6% de la population. Vous avez besoin d'acheter de manière irrépressible pour lutter contre des tensions internes, des angoisses incontrôlables et ne supportez pas d'en être empêché. Vous n'arrivez pas à vous contrôler même si cela vous cause de graves problèmes financiers.