

LE FUMEUR, SES 3 CERVEAUX ET LA NICOTINE

LE CERVEAU REPTILIEN

L'instinct

la respiration, la digestion,
la survie...

LE NÉOCORTEX

Le raisonnement

l'analyse, le jugement,
la logique, l'objectivité...

LE CERVEAU LIMBIQUE

Les émotions

la socialisation,
les sentiments,
l'affectivité...

+ LA NICOTINE 

« J'ai besoin
de fumer ! »

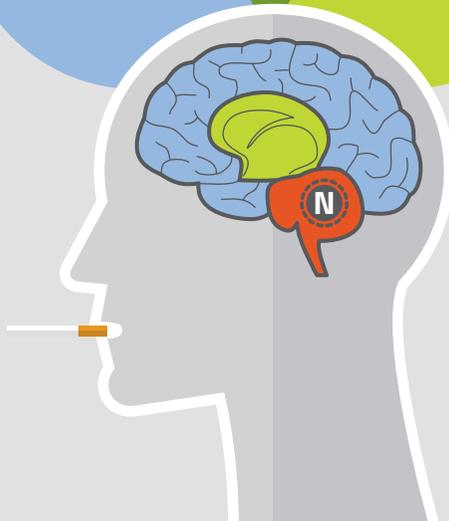
CULPABILITÉ CONTRADICTION

RÉSOLUTION
DU CONFLIT

« Fumer c'est
mauvais
pour moi ! »

DÉSIR DE
L'ARRÊT

« J'ai décidé
d'arrêter ! »



1

DÉPENDANCE



LA NICOTINE 

envoie le message au
CERVEAU REPTILIEN
que fumer **est nécessaire**
à son bon fonctionnement

2

CONTRADICTION ET CULPABILITÉ



LE NEOCORTEX

a appris et mémorisé
que fumer met en danger
votre espérance de vie.
Il rentre ainsi en conflit
avec le **CERVEAU**
REPTILIEN

3

RÉSOLUTION DU CONFLIT



Grâce au désir de l'arrêt
et à la motivation
LE CERVEAU LIMBIQUE
vous permet de résoudre
le conflit entre vos 2
autres cerveaux
en arrêtant de fumer !