

### Тест-анкета «Есть ли у Вас симптомы алкоголизма?»

*Инструкция:* обведите кружком номера вопросов, на которые Вы можете ответить утвердительно.

1. Употребляете ли Вы спиртное в больших количествах после огорчений, ссор или после того, как взрослый отчитает Вас?
2. Когда у Вас проблемы или Вы чувствуете себя в затруднительном положении - всегда ли Вы пьете больше обычного?
3. Замечаете ли Вы, что можете выпить больше спиртного, чем пили раньше?
4. Случалось ли, что утром Вы не могли вспомнить каких-то эпизодов предыдущего вечера, хотя Ваши друзья утверждали, что Вы не напивались до «потери сознания»?
5. Когда Вы пьете с другими людьми, стараетесь ли Вы незаметно от них выпить больше?
6. Бывают ли такие случаи, что без алкоголя Вы чувствуете себя дискомфортно?
7. Не замечали ли Вы в последнее время, что, начиная пить, Вы торопитесь сделать первый глоток, хотя раньше этого не было?
8. Испытывали ли Вы когда-нибудь чувство вины из-за того, что пьете?
9. Раздражаетесь ли Вы в тайне, когда Ваши друзья обсуждают Ваше употребление алкоголя?
10. Замечали ли Вы в последнее время, что у Вас все чаще и чаще случаются «провалы в памяти»?
11. Часто ли Вы замечаете желание продолжить выпивку после того, как Ваши друзья говорят, что уже хватит?
12. Всегда ли у Вас есть причина, чтобы напиться слишком сильно?
13. Часто ли Вы, протрезвев, сожалеете о том, что наговорили или сделали, будучи выпивши?
14. Пытались ли Вы что-нибудь сделать, чтобы контролировать свое употребление спиртного?
15. Часто ли Вы нарушали обещания не пить или контролировать употребление спиртного, даваемые самому себе?
16. Пытались ли Вы контролировать употребление спиртного, меняя работу или место жительства?
17. Избегаете ли Вы свою семью или близких друзей, когда пьете?
18. Увеличивается ли у Вас число проблем, связанных с деньгами или работой?
19. Не кажется ли Вам, что все больше людей стали обращаться с Вами несправедливо без достаточных на то оснований?
20. Питаетесь ли Вы нерегулярно или едите совсем мало, когда пьете?
21. Бывает ли так, что Вас «трясет» утром, и небольшое количество спиртного Вам помогает?
22. Замечали ли Вы в последнее время, что не можете уже пить так много, как это было раньше?
23. Пили ли Вы когда-нибудь несколько дней подряд?
24. Чувствуете ли Вы себя временами очень подавлено и сомневаетесь ли Вы при этом в смысле жизни?
25. Слышите или видите ли Вы иногда, после периодических запоев, что-то такое, чего на самом деле нет?
26. Испытывали ли Вы чувство страха после того, как долго пили?

#### **Обработка:**

Если Вы ответили «Да» на один из этих вопросов, то у Вас есть симптомы алкоголизма.

Если Вы ответили «Да» несколько раз, то можно определить, в какой стадии находится болезнь:

- вопросы с 1 по 8 - ранняя стадия,
- с 9 по 21 - средняя стадия,
- с 22 по 26 - начало заключительной стадии болезни.