

Alkohol...

...noch Entspannung
oder

schon Abhängigkeit?



ALLES IM GRIFF?

Mach den Test!

— Eine Information der Anonymen Alkoholiker —



— Anonyme Alkoholiker —

Trinkst du, weil du **PROBLEME** hast, oder um dich zu **BERUHIGEN**?

ja **nein**

Werden deine Noten **SCHLECHTER**?

Machst du deinen **JOB** nicht richtig?

ja **nein**

Trinkst du lieber **ALLEINE** als mit anderen?

ja **nein**

Kommst du oft in **SCHWIERIGKEITEN**, wenn du trinkst? **ja** **nein**

Trinkst du, wenn du eine **WUT** auf andere Leute hast? Deine Freunde, deine Lehrer oder Eltern?

ja **nein**

Hast du jemals probiert, weniger zu trinken oder **AUFZUHÖREN** und bist gescheitert?

ja **nein**

Hast du manchmal einen **FILMRISS**, während du Alkohol trinkst? **ja** **nein**

Wirst du betrunken, wenn du trinkst, obwohl **DU'S NICHT WILLST?**

ja **nein**

Findest du es **COOL**, viel Alkohol zu vertragen?

ja **nein**

KIPPST du deine Drinks auf einmal hinunter?

ja **nein**

LÜGST du über dein Trinkverhalten?

ja **nein**

Trinkst du Alkohol als **BELOHNUNG**?

ja **nein**

Hast du begonnen, **AM MORGEN** vor der Schule oder der Arbeit zu trinken?

ja **nein**

Falls du eine oder mehrere dieser Fragen mit **JA** beantworten kannst, solltest du dir Gedanken darüber machen, wie Alkohol dich beeinflusst.

Falls **DU** mit jemanden über dein Trinkverhalten sprechen willst oder du Hilfe benötigst, zögere nicht, mit deinem Arzt darüber zu sprechen.

_____ Eine Information der Anonymen Alkoholiker _____



_____ *Anonyme Alkoholiker* _____

