

# Érint egy másik személy mértéktelen ivása?

Az Alateen neked való!

Az Alateen olyan fiataloknak való, akik életét érintette egy másik személy mértéktelen ivása. Előfordul, hogy az aktív ivás már megszűnt, vagy az aktív ivó már nem él velünk. Ám ha az alkohol nincs is már jelen az életünkben, mert az alkoholista elment, vagy az A.A.-ban gyógyul, bennünket még mindig érintenek az alkoholizmus hatásai. Sokan az Alateenben és az Al-Anonban kaptunk segítséget. Az alábbi húsz kérdés segíthet eldönteni, hogy neked való-e az Alateen.

1. Úgy gondolod, hogy senki sem értheti meg azt, amit érzel?
2. Leplezed azzal az igazi érzéseidet, hogy úgy teszel, mintha semmi sem érdekelne?
3. Úgy érzed elhanyagolnak, nem figyelnek rád, vagy nem szeretnek?
4. Hazudsz azért, hogy fedezz neki az ivás miatt, vagy azért hogy eltitkold, mi történik otthon?
5. Elmész hazulról, amikor csak teheted, mert utálsz otthon lenni?
6. Tartasz attól, vagy kínosnak érzed, hogy elhívd hozzátok a barátaidat?
7. Kiborultál már attól, hogy iszik?
8. Elrontja a közös étkezéseket, születésnapokat és szünidőket az, hogy iszik vagy az, ahogy mások reagálnak rá?
9. Félsz attól, hogy megint inni fog és megint veszekedés lesz, ha kinyilvánítod a véleményed?
10. Úgy gondolod, hogy a viselkedését te, a családtagjaid, a barátok vagy a balsors okozza?
11. Szoktál olyasmivel fenyegetőzni, hogy: „ha nem hagyod abba az ivást és a veszekedést, lelépek”?
12. Szoktál olyasmiket ígérni, hogy: „jobb jegyeket hozok haza”, vagy „kitakarítom a szobámat”, vagy „mindent megteszek, amit akarsz” azért, hogy cserébe megígérje, nem lesz több ivás és veszekedés?

13. Úgy érzed, ha szeretne téged, abbahagná az ivást?
14. Fenyegetőztél-e már vagy tettél-e kárt magadban azért, hogy ráijess és azt mondja: „szeretlek” vagy „sajnálom”?
15. Vannak-e neked vagy a családnak anyagi gondjai azért mert iszik?
16. Félsz beülni mellé az autóba?
17. Eszedbe jutott már, hogy kihívd a rendőrséget, amikor erőszakosan viselkedett?
18. Inkább nem jársz senkivel és nem kötsz szoros barátságokat, nehogy kiderüljön, hogy iszik és veszekedés van?
19. Szerinted megoldódna minden problémád, ha abbahagná az ivást?
20. Voltál már igazságtalan a tanáriddal, a barátaiddal, az osztálytársaiddal, vagy másokkal azért, mert feldühít, hogy iszik?

Ha bármelyik kérdésre igennel válaszoltál, az Alateen segíthet neked. Az alábbi honlapon és e-mail címen keresztül veheted fel a kapcsolatot az Al-Anonnal vagy az Alateennel:

[www.al-anon.hu](http://www.al-anon.hu),

[info@al-anon.hu](mailto:info@al-anon.hu)

vagy hívd az információs vonalat:

+36/20/440-1982



Al-Anon Családi Csoportok Központ  
1600 Corporate Landing Parkway  
Virginia Beach, VA 23454-5617  
[www.al-anon/alateen.org](http://www.al-anon/alateen.org)

© Al-Anon Family Groups Headquarters,  
Inc. 2000  
21-150M-04-100/2.00  
S-20