

¿Tiene Problemas con su manera de beber?

AA para la mujer

La lista de preguntas que aparece a continuación puede ayudarle a descubrir si tiene problemas con su manera de beber.

Debe tener presente que usted es la única persona que puede decir **SI** tiene o **NO** un problema. Aunque otros le hayan dicho que sí lo tiene, lo importante es que **USTED DECIDA** por sí mismo.

¿Compra usted licor en diferentes lugares de manera que en ninguno se enteren de la cantidad real que adquiere?

- Si
- No

2.- ¿Esconde usted las botellas vacías y se deshace de ellas secretamente?

- Si
- No

3.- ¿Planea por anticipado “darse un sueldo” a sí misma con un traguito por ese trabajo tan duro que le espera enfaenas de su hogar para cuando lo haya terminado?

- Si
- No

4.- ¿Se muestra usted a veces débil respecto a la educación de sus hijos para compensar el sentimiento de culpabilpor la forma en que se comporta con ellos cuando está bebida?

- Si
- No

5.- ¿Tiene usted “lagunas mentales”, o sea, periodos acerca de los no recuerda nada?

- Si
- No

6.- ¿No ha telefoneado alguna vez al día siguiente a la anfitriona de una fiesta preguntándole si no se comportó con alguien o hizo el ridículo?

- Si
- No

7.- ¿Toma usted una o dos copas extras preparándose para ir a alguna fiesta en la que se servirá licor?

- Si
- No

8.- ¿Se siente usted más ingeniosa o más atractiva cuando está bebiendo?

- Si
- No

9.- ¿Siente usted pánico cuando se le aproximan algunos días sin beber, como aquellos que pasa en casa de afamiliar?

- Si
- No

10.- ¿Inventa usted actos sociales para poder beber, como invitar a amigos a comer, a tomar la copa, a cenar, jugar cartas?

- Si

No

11.- Cuando están presentes otras personas, ¿evita leer artículos, o ver películas o novelas en la TV acerca de mujeres alcohólicas, pero las lee o las ve cuando está a solas?

Si

No

12.- ¿Suele traer licor en su bolsa de mano?

Si

No

13.- ¿Se pone a la defensiva cuando alguien hace mención a su forma de beber?

Si

No

14.- ¿Bebe usted cuando se encuentra presionada o después de una discusión?

Si

No

15.- ¿Maneja usted a pesar de haber estado bebiendo, pero sintiéndote segura de que conserva un completo control de sí misma?

Si

No

Si su respuesta es **Sí** a cuatro o más preguntas, existen dificultades serias con su manera de beber, la experiencia de varios millones de A.As. así lo comprueban.