

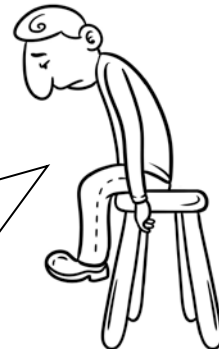
Ciekawe, dlaczego... powstają uzależnienia

Ćw. 6 – Rozwiązanie.

beznadziei. poczucie Spadek i ambicji

Spadek ambicji i poczucie beznadziei.

Odkąd piję, nic mi się nie chce. Nie mam już marzeń, nie zależy mi na awansie w pracy. Po co to wszystko?



Kasia znowu płacze przeze mnie. Zachowuję się okropnie wobec moich dzieci i męża...

i relacji Agresywne z bliskimi.
pogorszenie zachowanie

Agresywne zachowanie i pogorszenie

relacji z bliskimi.

Picie swoich rozwijania zamiast umiejętności.

Picie zamiast rozwijania swoich umiejętności.

Po piwie rządę w towarzystwie! To mój sprawdzony sposób na pokonanie nieśmiałości.



PRZYKŁAD

t	e	r	a	p	i	a
87	29	83	21	81	47	21

KLUCZ

	1	3	5	7	9
2	A	B	C	D	E
4	F	G	H	I	J
6	K	L	M	N	O
8	P	R	S	T	U
0		W	Y	Z	

T	E	S	T							
87	29	85	87							
B	A	L	T	I	M	O	R	S	K	I
23	21	63	87	47	65	69	83	85	61	47

to jedna z najpopularniejszych metod wstępnego diagnozowania problemu z alkoholem. Polega na przeprowadzeniu „wywiadu z samym sobą” na podstawie kilkunastu pytań. Jeśli co najmniej cztery odpowiedzi są twierdzące, najlepiej się udać do specjalisty.