

¿SE MOLESTA POR LA BEBIDA DE OTRA PERSONA?

Al-Anon es para usted

A millones de personas les afecta el exceso en la bebida de alguna persona allegada. Las preguntas siguientes están destinadas a ayudarle a usted a decidir si necesita o no de Al-Anon:

1. ¿Se preocupa de cuánto bebe otra persona?
2. ¿Tiene problemas económicos a causa del beber de otra persona?
3. ¿Miente para encubrir que otra persona bebe?
4. ¿Cree que si el bebedor le amara dejaría de beber para complacerle?
5. ¿Cree que el comportamiento del bebedor lo causan sus compañeros?
6. ¿Se alteran con frecuencia sus planes o se aplazan las horas de las comidas a causa del bebedor?
7. ¿Hace amenazas tales como, "Si no dejas de beber, te abandonaré"?
8. ¿Trata discretamente de oler el aliento del bebedor?
9. ¿Teme disgustar a alguien por miedo a incitarle a que se emborrache?
10. ¿Se ha sentido ofendido o avergonzado por el comportamiento de un bebedor?
11. ¿Le parece que todas las fiestas se estropean a causa del exceso de bebida?
12. ¿Ha pensado en llamar a la policía para pedir ayuda por miedo al maltrato?
13. ¿Busca el licor escondido?

14. ¿Viaja a menudo en automóvil con un conductor que ha estado bebiendo?
15. ¿Ha rechazado invitaciones sociales por temor o ansiedad?
16. ¿Se siente a veces fracasado cuando piensa en todo lo que ha hecho por controlar al bebedor?
17. ¿Cree que si el bebedor dejara de beber, los problemas se resolverían?
18. ¿Amenaza alguna vez con herirse para asustar al bebedor?
19. ¿Se siente enojado, confuso y deprimido la mayor parte del tiempo?
20. ¿Cree que no hay nadie que comprenda sus problemas?

Si ha contestado sí a tres o más preguntas, Al-Anon o Alateen quizá puede ayudarle a usted. Puede comunicarse con Al-Anon o Alateen llamando al número que aparece en la guía de teléfonos local o escribiendo a:



Al-Anon Family Group Headquarters, Inc.
1600 Corporate Landing Parkway
Virginia Beach, VA 23454-5617 U.S.A.
Teléfono: 757-563-1600 Fax: 757-563-1655
<http://www.al-anon.alateen.org>
e-mail: wso@al-anon.org

Una traducción de Literatura Aprobada por la Conferencia Al-Anon bajo el título *Are You Troubled By Someone's Drinking? Al-Anon Is For You!*, inscrita en el Registro de la Propiedad Literaria por la Sede de los Grupos de Familia Al-Anon, Sociedad Anónima.

© Al-Anon Family Group Headquarters, Inc., 1980

Para obtener un paquete de material para empezar, llame al:

888-4Al-Anon (E.U.A.)