

Test alkoholowy MAST (wersja skrócona)

- Czy uważasz, że pijesz w taki sam sposób jak większość ludzi?
- Czy uważasz, że pijesz w taki sam sposób jak większość ludzi?
- Czy Twoi przyjaciele bądź krewni uważają, że Twoje picie mieści się w normie?
- Czy kiedykolwiek brałeś/aś udział w spotkaniu Anonimowych Alkoholików?
- Czy straciłeś/aś kiedykolwiek przyjaciela bądź dziewczynę z powodu picia?
- Czy miałeś/aś kiedykolwiek kłopoty w pracy z powodu alkoholu?
- Czy zanidbywałeś/aś kiedykolwiek swoje obowiązki, sprawy rodzinne, lub opuściłeś/aś pod rząd kilka dni pracy z powodu picia?
- Czy miałeś/aś kiedykolwiek „urwany film”, delirium, nasilone drżenia, czy słyszałeś głosy lub widziałeś/aś nieistniejące rzeczy po nadużyciu alkoholu?
- Czy z powodu picia zwracałeś/aś się kiedykolwiek do kogokolwiek z prośbą o radę?
- Czy przebywałeś/aś kiedykolwiek w szpitalu z powodu picia?
- Czy byłeś/aś kiedykolwiek zatrzymany/a za prowadzenie pojazdu po użyciu alkoholu, lub czy kiedykolwiek prowadziłeś/aś pojazd po wypiciu alkoholu?

Pięć twierdzących odpowiedzi jest wystarczającym kryterium do rozpoznania uzależnienia od alkoholu *

** Uwaga! Im więcej odpowiedzi twierdzących, tym większe prawdopodobieństwo, że osoba wypełniająca test ma problem z alkoholem. Żaden test nie zastępuje jednak fachowej konsultacji. Dlatego jeżeli na podstawie testu podejrzewasz, że możesz być osobą uzależnioną od alkoholu, konieczne wybierz się na konsultację do psychologa pracującego z osobami uzależnionymi.*