

KWESTIONARIUSZ HEILMANA  
dot. UŻYWANIA SUBSTANCJI CHEMICZNYCH  
(wersja zmodyfikowana)

IMIĘ I NAZWISKO:

DATA .....

INSTRUKCJA : Przypomnij sobie, czy chociaż raz w życiu przeżyłeś/aś opisaną niżej sytuację  
Zaznacz odpowiedź przez zakreślenie kółkiem litery P (Prawda) lub F (Fałsz).

- 
- |   |   |   |
|---|---|---|
| 1. Czy kiedykolwiek nie mogłeś/aś doczekać się końca pracy, żeby wypić parę kieliszków i wreszcie zrelaksować się?  | P | F |
| 2. Czy kiedykolwiek z utęsknieniem czekałeś/aś na koniec tygodnia, żeby sobie popić?                                | P | F |
| 3. Czy przychodziło ci na myśl picie wówczas kiedy należało zajmować się czymś innym?                               | P | F |
| 4. Czy kiedykolwiek odczuwałeś/aś potrzebę napicia się o jakiejś określonej porze dnia?                             | P | F |
| 5. Czy zauważyłeś/aś, że często pijesz więcej niż inni, ale tego po tobie nie widać?                                | P | F |
| 6. Czy kiedykolwiek ktoś komentował twoją wyjątkowo "mocną głowę" ?   | P | F |
| 7. Czy kiedykolwiek, dziwiło ciebie że możesz aż tyle wypić i czy byłeś/aś z tego dumny/a?                          | P | F |
| 8. Czy kiedykolwiek zamawiałeś/aś podwójną wódkę lub wypiteś/aś dwa pierwsze kieliszki szybciej niż każdy następny? | P | F |
| 9. Czy kiedykolwiek piłeś/aś przed pójściem na przyjęcie prywatkę lub do restauracji?                               | P | F |
| 10. Czy kiedykolwiek chodziłeś/aś do baru sam/a żeby wypić kilka kieliszków?  | P | F |
| 11. Czy kiedykolwiek piłeś sam/a w domu lub w towarzystwie, w którym nikt nie pił?                                  | P | F |
| 12. Czy kiedykolwiek piłeś/aś żeby uspokoić nerwy, zmniejszyć napięcie lub uwolnić się od stresu?                   | P | F |
| 13. Czy zdarzyło ci się źle czuć na przyjęciu lub zabawie, gdzie nie było nic do picia?                             | P | F |