**Тест на созависимость**

Начало формы

Если вы серьезно настроены на выявление и решение вашей проблемы, данный тест сможет помочь вам. Отвечайте «Да» или «Нет» на каждый вопрос.

Ведете ли вы себя спокойно, чтобы избежать конфликтов?

да нет

Всегда ли вы волнуетесь о мнении других людей по отношению к вам?

да нет

Жили ли вы когда-нибудь с человеком, страдающим алкогольной, наркотической или другой зависимостью?

да нет

Жили ли вы когда-нибудь с человеком, который избивал и унижал вас?

да нет

Является ли мнение других людей для вас важнее вашего собственного?

да нет

Испытываете ли вы трудности в адаптации к переменам на работе или дома?

да нет

Чувствуете ли вы себя отвергнутыми, когда близкие вам люди проводят время со своими друзьями?

да нет

Ставите ли вы под сомнение вашу возможность быть тем, кем бы вы хотели быть?

да нет

Неловко ли вам выражать свои настоящие чувства?

да нет

Чувствовали ли вы когда-нибудь себя неполноценно?

да нет

Чувствуете ли вы себя «плохим человеком», когда совершаете ошибку?

да нет

Вам трудно получать комплименты или подарки?

да нет

Чувствуете ли вы себя оскорбленным, когда ваш ребенок или супруг(-а) совершает ошибку?

да нет

Думали ли вы, что без ваших постоянных усилий люди в вашей жизни будут катиться вниз?

да нет

Часто ли вы думаете о том, чтобы кто-нибудь помог вам справиться с делами?

да нет

Трудно ли вам общаться с такими уполномоченными лицами, как полицейские или ваш начальник?

да нет

Озабочены ли вы тем, кто вы такой и куда идете по жизни?

да нет

Если вы ответили «Да» на 5 или более вопросов, то, возможно, у вас наблюдается проблема созависимости. Вам необходимо обратиться государственный реабилитационный центр «Воля» или к другим профессионалам для консультации. Рекомендуем посетить Собрание анонимных созависимых.

Конец формы