

WORKSHEET

MPU
KONKRET.

Mein Fall

Konsumentwicklung

Wann haben Sie das erste Mal Alkohol getrunken? Zu welchem Anlass war das?

Wann hatten Sie Ihren ersten Rausch?

Gab es Zeiten in Ihrem Leben, wo Sie viel Alkohol konsumiert haben?
Wenn ja, wann war das/ unter welchen Lebensumständen?

Wie haben Sie diesen höheren Konsum vertragen?

Gab es Anlässe, zu denen Sie regelmäßig Alkohol konsumiert haben? Wenn ja, welche?

Gab es Erlebnisse, die einen gesteigerten Konsum ausgelöst haben (Umfeld, kritische Lebensereignisse)?

Anmerkung: Diese Fragen helfen Ihnen später dabei, Ihre Konsumkurve zu erstellen.

WORKSHEET

Mein Fall



Alkoholkonsummuster

Was war die höchste jemals von Ihnen konsumierte Menge Alkohol (Art des Getränks/ Menge)?

Zu welchem Anlass haben Sie diese Menge konsumiert?

Folgte Ihr Alkoholkonsum einem Muster (Wochentage/ Tageszeit)? Wenn ja, welchem?

Trinken Sie lieber alleine oder lieber in Gesellschaft?

Trinken Sie Alkohol, um eine Funktion zu erlangen (Entspannen, Frust abbauen o.ä.)? Wenn ja, aus welchen Gründen?

Welches waren Ihre bevorzugten alkoholischen Getränke?

Anmerkung: Diese Fragen helfen Ihnen dabei, Ihre Konsumkurve zu erstellen und den Prozess der Gewöhnung aufzuzeigen (eventuell Entwicklung eines schädlichen Gebrauchs oder einer Abhängigkeit), sowie bereits Konsummotive zu erkennen.

WORKSHEET

Mein Fall



Veränderung des Konsumverhaltens

Wann haben Sie das letzte Mal Alkohol konsumiert? Was und in welcher Menge?

Wie hat sich der Alkoholkonsum nach dem Delikt verändert?

Wenn sich der Konsum geändert hat, gab es damit Probleme? Wenn ja, welche?

Wenn es Probleme gab: wie haben Sie diese gelöst?

Welche Erfahrungen haben Sie generell mit der Veränderung gemacht?

Wie ist Ihr aktueller Alkoholkonsum (Mengen/ Häufigkeiten)?

Anmerkung: Diese Fragen helfen Ihnen dabei, den Veränderungsprozess zu erarbeiten und Ihr kontrolliertes Trinken bzw. die Abstinenz zu beschreiben.

WORKSHEET

Mein Fall



Soziales Umfeld

Was denken Freunde/ Angehörige über Ihren Konsum von Alkohol?

Haben Sie bereits Streit oder Diskussionen wegen Ihres Alkoholkonsums geführt? Wenn ja, welche?

Wie ist der Alkoholkonsum Ihrer Freunde/ engen Bezugspersonen?

Wie ist der Alkoholkonsum Ihrer Partnerin/ Ihres Partners?

Wie war der Alkoholkonsum Ihrer Eltern in Ihrer Kindheit?

Anmerkung: Diese Fragen helfen Ihnen dabei, sich mit Trinkkulturen zu beschäftigen, eventuell Risikosituationen zu erkennen und Ihren Konsum angemessen einzuschätzen.