**Opdracht 1 Vitaal Burgerschap SMG/AVOK 1**

1. **Klik op de link hieronder. Je kunt hier een test maken over je alcoholgebruik.**

<https://www.jellinek.nl/test-uw-kennis-of-gebruik/test-uw-gebruik/test-uw-alcoholgebruik/>

Geef hieronder aan:

Jouw score:

Wat voor advies geeft de uitslag van de test:

Ben je het met de uitslag en het advies eens?

1. Je kunt verslaafd raken aan alcohol. Dit heet een alcoholverslaving. Er zijn nog meer verslavingen. Maak voor jezelf een mindmap\* met het woord ‘verslaving’ in het midden. Zet vervolgens hieromheen woorden en begrippen die volgens jou met verslaving hebben te maken.

\* Maak de mindmap op de achterkant van dit blaadje. Als je niet weet wat een mindmap is, vraag het dan aan de docent.

1. *Zijn alleen middelen verslavend? Nee, Je hebt twee soorten verslavingen. Dit zijn de middelenverslaving en de gedragsverslaving. Bij een middelenverslaving ben je verslaafd aan een bepaald middel. Je kunt denken aan alcohol, sigaretten of drugs. Bij een gedragsverslaving ben je niet verslaafd aan een middel maar aan een levens- of handelingswijze. Je kunt denken aan een gokverslaving of een werkverslaving. Dit zijn geen middelen, maar handelingen.*

Middelen- of gedragsverslaving?

1. Bovenkant formulier

In de verslavingskliniek in Leeuwarden komen veel soorten patiënten langs. Één van die patiënten is Dries. Dries is al vijf jaar verslaafd aan cocaïne. Dit is een verslaving. Hij heeft een afspraak om 9:00 met een therapeut. Voor Dries is er een andere patiënt aan de beurt. Deze patiënt heeft een seksverslaving. Dit is een verslaving. Naast deze verslaving is deze patiënt ook verslaafd aan alcohol. Dit is een verslaving. Onder verslavingen vallen ook roken, drugs, alcohol en eten. Onder verslavingen vallen onder andere; gokken, chatten, internetten, gamen en seks.

1. Onderkant formulier