

13	Zwiększona liczba konfliktów.														
14	Ból.														
15	Nadpobudliwość.														
16	Zwątpienie w wartość trzeźwego życia.														
17	Zaburzenia snu.														
18	Skoki napięcia.														
19	Rozpamiętywanie picia, użalanie się nad sobą.														
20	Powątpiewanie w terapię.														
21	Skupienie na innych.														

Wpisz + gdy dany objaw pojawił się danego dnia (nawet na chwilę!), Wpisz – gdy dany objaw nie pojawił się wcale danego dnia, Podsumuj liczbę plusów i minusów

Uwagi i spostrzeżenia własne: