

Anställd A

- ✓ Alkoholvanor: Du vet om att din alkoholkonsumtion är omfattande. Du dricker alkohol varje helg och flera gånger i veckan. Under helgen dricker du c:a 1-2 flaskor vin (motsvarande 4-8 starköl). Det är inte ovanligt med en drink (4-6 cl sprit) på fredag och lördag före maten. Under veckorna kan det på sin höjd, vid ett par tillfällen, bli 1-2 glas vin (motsvarande 1 starköl). Detta sker vid middagen på kvällen. Händer även att det ibland blir någon enstaka folköl till lunch. Har aldrig varit påverkad på arbetet men tillhör de som gärna deltar flitigt i personalfester.
- ✓ Tankar om dina alkoholvanor: Du tycker själv att alkoholen är ett ekonomiskt problem, det kostar allt för mycket pengar, men du ser inga direkta hälsokonsekvenser.
- ✓ Motivation: Om det inte gick att få tag på "billig alkohol" så skulle du kunna tänka dig att minska något på din konsumtion. Under samtalet blir du allt mer intresserad av dina egna vanor.