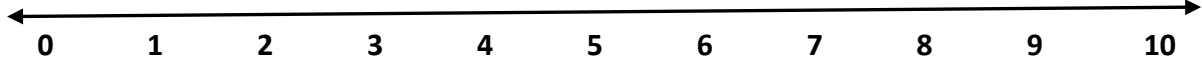


MOTIVATION – förändra alkoholvanor

Hur viktigt är det för dig att förändra dina alkoholvanor?

Inte alls viktigt

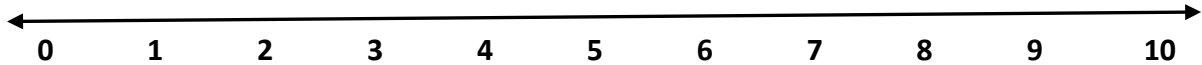
Mycket viktigt



Hur stark tilltro till din egen förmåga att förändra dina alkoholvanor har du?

Ingen tilltro alls

Mycket stark tilltro



	Nackdelar med att bibehålla mina nuvarande alkoholvanor	Fördelar med att förändra mina alkoholvanor
På kort sikt		
På lång sikt		

Mina starka sidor som kan hjälpa mig att förändra mina alkoholvanor:
