

MET

Motivational Enhancement Therapy förkortas MET och i Sverige kallas den *Motivationshöjande behandling*. Det är en behandling som syftar till att hjälpa dig att göra en förändring om du tycker att du dricker för mycket alkohol.

I MET arbetar du med din förmåga att fatta ett välgrundat beslut om förändring.

Vi arbetar med att undersöka alkoholens roll för dig ur ett medicinskt, psykologiskt och socialt perspektiv. Kartläggningen av alkoholens eventuella effekter består av en intervju, ett antal frågeformulär samt alkoholrelaterade biomarkörer. En närstående rekommenderas att delta vid ett tillfälle.

MET-programmet består av fem enskilda samtal.



Samtal 1	Vecka 1	Introduktion och kartläggning
Samtal 2	Vecka 2-3	Återkoppling på kartläggningen, närstående närvarande
Samtal 3	Vecka 4	Uppföljning
Samtal 4	Vecka 8	Uppföljning
Samtal 5	Vecka 12	Avslut

Stefan Löwenborg, kurator
0533-68 12 60

Livsstilsmottagningen
för alkohol, narkotika och spel om pengar