

Veckoregistreringar i Plus-versionerna

I de flesta av de ursprungliga programmen finns uppföljningsfrågor som ställs återkommande under behandlingen. Det varierar från program till program vilka uppföljningsfrågor som finns kvar i plusversionerna. Eftersom Plus-programmen innehåller de validerade skattningsformulär som registreras i SibeR har de uppföljningsfrågor som i hög grad överlappar med frågor i de validerade formulären plockats bort, i ett par Plus-program saknas de helt. I de Plus-versioner som har uppföljningsfrågor kallas de "Frågor om veckan" istället för "Frågor om ditt mående". Undantaget är Ätstörningshjälpen och Ätstörningshjälpen Plus där de för närvarande kallas "Veckoskattning". I Plus-versionerna aktiveras registreringarna vid start av samtliga moduler förutom den allra första, med undantag för Ångesthjälpen Ung Plus där de inte heller startas vid den sista modulen.

	Frågor om ditt mående Originalprogrammet	Frågor om veckan Plusversionen - dessa frågor är kvar	I plusversionen aktiveras frågorna vid start av...
Ångesthjälpen	4 frågor	Fråga 2-4	Modul 2-8
Ångesthjälpen Ung	4 frågor	Fråga 1-4	Modul 2-7
Oroshjälpen	4 frågor	Fråga 2-4	Modul 2-7
Depressionshjälpen	4 frågor	Fråga 4	Modul 2-7
Stresshjälpen	4 frågor	Fråga 2-4	Modul 2-6
Sovhjälpen	4 frågor	0 frågor	
Adhd-hjälpen	0 frågor	0 frågor	
Ätstörningshjälpen	4 frågor	4 frågor	Modul 2-8

Nedan visas frågorna från "vanliga" programmen. De frågor som är kvar i Plus-versionerna är markerade i grönt.

Ångesthjälpen

Under den senaste veckan, hur ofta har du besvärats av känslor av ångest eller oro?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du känt dig tillfreds med ditt liv?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Hur ofta har du under senaste veckan gjort sådant som är viktigt för dig?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du arbetat med övningarna i programmet?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Ångesthjälpen Ung

Under den senaste veckan, hur ofta har du besvärats av känslor av ångest eller oro?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du känt dig nöjd med ditt liv?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Hur ofta har du under senaste veckan gjort sådant som är viktigt för dig?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du arbetat med uppgifterna i programmet?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Oroshjälpen

Hur ofta har du under senaste veckan besvärats av orostankar?

- Inte alls
- Några dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Hur många dagar senaste veckan har du känt dig tillfreds med ditt liv?

- Inte alls
- Några dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Hur ofta har du under senaste veckan gjort sådant som är viktigt för dig?

- Inte alls
- Några dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du arbetat med övningarna i programmet?

- Inte alls
- Några dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Depressionshjälpen

Under den senaste veckan, hur ofta har du besvärats av något av följande problem?

Begränsat intresse eller glädje i att göra saker

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Känsla av nedstämdhet, depression eller hopplöshet

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du känt dig tillfreds med ditt liv?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du arbetat med övningarna i programmet?

- Inte alls
- Några dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Stresshjälpen

Hur ofta har du under senaste veckan besvärats av stress?

- Inga dagar
- Några dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Hur många nätter senaste veckan har du sovit tillfredsställande?

- Inga nätter
- Några nätter
- Mer än hälften av nätterna
- Nästan varje natt

Hur många dagar senaste veckan har du känt dig tillfreds med ditt liv?

- Inga dagar
- Några dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du arbetat med övningarna i programmet?

- Inga dagar
- Några dagar
- Mer än hälften av dagarna

- Nästan varje dag

Sovhjälp

Hur ofta har du under senaste veckan upplevt att dina sömnproblem påverkar dagarna negativt?

- Inga dagar
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Hur många nätter senaste veckan har du sovit tillfredsställande?

- Inga nätter
- Ett par nätter
- Mer än hälften av nätterna
- Nästan varje natt

Hur ofta har du under senaste veckan upplevt stark oro över din sömn?

- Inga dagar
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Hur många dagar senaste veckan har du känt dig tillfreds med ditt liv?

- Inga dagar
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Adhd-hjälp

Inga uppföljningsfrågor, varken i "vanliga" programmet eller Plus-versionen (Plus-versionen innehåller skattningsformulär enligt SibeR vid för- och eftermätning).

Ätstörningshjälp

Under den senaste veckan, hur mycket har du besvärats av tankar och känslor som rör mat, kropp och vikt?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du gjort sådant som är viktigt för dig?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du känt dig nöjd med ditt liv?

- Inte alls
- Ett par dagar

- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag

Under den senaste veckan, hur ofta har du jobbat med uppgifterna i programmet?

- Inte alls
- Ett par dagar
- Mer än hälften av dagarna
- Nästan varje dag