

# 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.

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