

## Web Screening Questionnaire for Common Mental Disorders (WSQ) (kort version)

Web Screening Questionnaire for common mental disorders (WSQ)							Delskala	
1. Vänligen markera en siffra på skalan nedan hur mycket du besväras av att känna dig nedstämd eller deprimerad:							Depression	
Nästan inte alls	Något besvärad / inte så hindrad		Besvärad / hindrad	Mycket besvärad / hindrad		Väldigt mycket besvärad / hindrad		
(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
2. Har du tappat intresset och/eller inte kunnat ha riktigt nöje av flera saker du vanligen brukar tycka om, exempelvis jobb, fritidsintressen eller andra aktiviteter.							Depression	
3. Under de senaste två veckorna, hur ofta har du besvärats av att ha svårt att slappna av?							GAD	
Inte alls	Flera dagar		Mer än hälften av dagarna		Nästan varje dag			
(0)	(1)		(2)		(3)			
4. En panikattack är en plötslig intensiv rädsla med minst fyra av följande symptom: hjärtklappning, svettningar/fuktiga händer, darningar/skakningar, andnöd, kvävningssänsla, bröstsmärtor, illamående/magproblem/plötslig diarré, yrsel, ostadighetskänslor, svimning, känna sig konstig, överklighetskänslor, eller känslor av att vara utanför eller avskärmad från sin kropp, rädsla att tappa kontrollen, bli galen eller dö, känna stickningar, domningar, värmevallningar eller köldrysningar. Om du har haft en eller flera panikattacker under den senaste veckan, hur besvärande kändes det <u>just då</u> ?							Panik	
Inte besvärad alls / ingen panik	Något besvärad		Besvärad	Väldigt besvärad (3)		Extremt besvärad		
(0)	(1)		(2)	(3)		(4)		
5. Känner du dig rädd för eller undviker offentliga miljöer där det kan vara svårt att komma undan (exempelvis kollektivtrafik, köpcentrum/gallerior, köer, biografier, okända byggnader, eller att befinna sig långt hemifrån)?							Agorafobi	
6. Är du rädd för eller undviker vissa saker, mer än de flesta andra gör?							Specifik Fobi	
7. Är du rädd för: djur (exempelvis hundar, spindlar, ormar, katter, fåglar, möss, insekter) eller medicinska saker (exempelvis blod, tandläkare, injektioner, operationer, sjukhus, läkare) eller specifika situationer (exempelvis bussar, trånga butiker, tunnlrar, hissar, flygplan, broar eller bilkörning)?							Specifik Fobi	
8. Är du rädd för eller undviker sociala situationer där du kan bli iakttagen (som att tala eller äta offentligt, eller skriva medan någon ser på).							Social Fobi	
9. Började din rädsla efter en allvarlig traumatisk händelse riktad mot dig eller någon annan, exempelvis en allvarlig olycka, misshandel, eller naturkatastrof?							PTSD	
10. Under den senaste veckan, hur mycket tid har du ägnat åt tvångstankar – det vill säga återkommande tankar, impulser eller bilder som är oönskade, osmakliga, olämpliga, påträngande eller plågsamma (exempelvis tankar på att skada dina barn även om du vet att du aldrig vill göra det)?							OCD	
0 timmar/dag, eller inga tvångstankar	0-1 timmar /dag		1-3 timmar/dag	3-8 timmar/dag	Mer än 8 timmar/dag med tvångstankar			
(0)	(1)		(2)	(3)	(4)			
11. Hur många glas alkohol dricker du en vanlig dag när du dricker alkohol?							Alkohol	
Inga	1-2	3-4	5-6	7-9	10 eller fler			
(0)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)			
12. Hur ofta dricker du sex eller fler glas alkohol vid ett tillfälle?							Alkohol	
Aldrig	Mindre än en gång per månad		Varje månad	Varje vecka	Dagligen, eller nästan varje dag			
(0)	(1)		(2)	(3)	(4)			
13. Har du nyligen haft tankar på att skada dig själv eller ta ditt liv?							Suicid	
Inte alls	Tanken har slagit mig men jag skulle aldrig göra det		Jag har seriöst övervägt det, men har lyckats hindra mig själv		Jag skulle göra det om möjligheten gavs			
(0)	(1)		(2)		(3)			

Donker T, Straten Av, Marks I, Cuijpers P: A Brief Web-Based Screening Questionnaire for Common Mental Disorders: Development and Validation *J Med Internet Res* 2009;11(3):e19

Svensk översättning © 2023 Olof Molander, Josefin Särholm och Nitya Jayaram-Lindström, Karolinska Institutet, efter godkännande av Annemieke van Straten. Svenska WSQ är fri att använda i forskning och klinisk verksamhet (ej kommersiell).

## Web Screening Questionnaire for Common Mental Disorders (WSQ) (kort version)

### Poängberäkning

Depression: Fråga 1  $\geq$  5 & Fråga 2=1; GAD: Fråga 3 $\geq$ 2; Panik: Fråga 4  $\geq$ 1; Panik med Agorafobi Fråga 4  $\geq$ 1 & Fråga 5=1; Agorafobi: Fråga 5=1; Specifik fobi: Fråga 6 or Fråga 7=1; Social fobi: Fråga 8=1; PTSD: Fråga 9=1; OCD: Fråga 10 $\geq$ 1; Alkoholberoende: Fråga 11 $\geq$ 2 & Fråga 12 $\geq$ 3 ; Suicid : Fråga 13 $\geq$ 3 (exklusion)

### Referenser

<https://www.webscreeningquestionnaire.org/>

Tara Donker, Annemieke van Straten, Isaac Marks, Pim Cuijpers (submitted). *A quick web screening questionnaire for common mental disorders: development and validation.*

Donker T, Straten Av, Marks I, Cuijpers P: A Brief Web-Based Screening Questionnaire for Common Mental Disorders: Development and Validation *J Med Internet Res* 2009;11(3):e19

Donker T, Straten Av, Marks I, Cuijpers P: Brief self-rated screening for depression on the internet *Journal of Affective disorders* (in press).