

Navn og ugenr.

Sæt ring om startdag	Uhensigtsmæssige adfærd				Sårbarheder				Vigtige følelser		Anvendte færdigheder										
	At dømmes og bearbejdes	Undgåelse	Vrangvilje	At miste selvspekt	Spis regelmæssigt	Sov tilstrækkeligt	Motion		0-5	Hvad	Døm ikke	Acceptvejen	Velvilje	Adfærdsanalyse	Selvalidering	Tjek fakta	Handl modsat	Problem-løsning	Samt på positive følelser	Opbyg kompetence	
	0-5	0-5	0-5	0-5	J/N	J/N	J/N	J/N	0-5		0-7	0-7	0-7	0-7	0-7	0-7	0-7	0-7	0-7	0-7	
Mandag																					
Tirsdag																					
Onsdag																					
Torsdag																					
Fredag																					
Lørdag																					
Søndag																					

Særligt at bemærke:	Motivation til terapi ved samtalestart 0-5	Vurderingsskala 0-7	0 = Ej tænkt på eller anvendt 1 = Tænkt på, ej anvendt, ville ikke 2 = Tænkt på, ej anvendt, ville godt 3 = Forsøgt, men kunne ikke 4 = Forsøgte, kunne godt, men hjalp ej 5 = Forsøgte, kunne godt, hjalp 6 = Anvendte automatisk, hjalp ikke 7 = Anvendte automatisk, hjalp
		Vurderingsskala 0-5	0 = Ingen 1 = Meget under middel 2 = Under middel 3 = Middel 4 = Over middel 5 = Meget over middel
Hjemmeopgave:			



Dagbogskort - Selvværd

Navn og ugenr.

Sæt ring om startdag	Uhensigtsmæssige adfærd				Sårbarheder				Vigtige følelser		Anvendte færdigheder											
	At dømmes og bearbejdes 0-5	Undgåelse 0-5	Vrangvilje 0-5	At miste selvspekt 0-5	Spis regelmæssigt J/N	Sov tilstrækkeligt J/N	Motion J/N	J/N	0-5	Hvad	Døm ikke 0-7	Accepvejen 0-7	Velvilje 0-7	Adfærdsanalyse 0-7	Selvalidering 0-7	Tjek fakta 0-7	Handl modsat 0-7	Problem-løsning 0-7	Samt på positiv følelser 0-7	Opbyg kompetence 0-7		
Mandag																						
Tirsdag																						
Onsdag																						
Torsdag																						
Fredag																						
Lørdag																						
Søndag																						

Særligt at bemærke:	Motivation til terapi ved samtalestart 0-5	Vurderingsskala 0-7	0 = Ej tænkt på eller anvendt 1 = Tænkt på, ej anvendt, ville ikke 2 = Tænkt på, ej anvendt, ville godt 3 = Forsøgt, men kunne ikke 4 = Forsøgte, kunne godt, men hjalp ej 5 = Forsøgte, kunne godt, hjalp 6 = Anvendte automatisk, hjalp ikke 7 = Anvendte automatisk, hjalp
		Vurderingsskala 0-5	0 = Ingen 1 = Meget under middel 2 = Under middel 3 = Middel 4 = Over middel 5 = Meget over middel
Hjemmeopgave:			