



Speldagbok

Namn/ID _____ Datum _____

Notera vilka dagar du spelat om pengar och vilka dagar du inte gjort det den senaste veckan. Skriv upp 1) typ av spel, 2) summan som satsats, 3) de summor du (+) vunnit eller (-) förlorat, samt hur lång tid du spelat (timmar och minuter), för de dagar då du spelat.

Måndag Spelat?	Tisdag Spelat?	Onsdag Spelat?	Torsdag Spelat?	Fredag Spelat?	Lördag Spelat?	Söndag Spelat?
Ja <input type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/>	Ja <input type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/>	Ja <input type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/>	Ja <input type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/>	Ja <input type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/>	Ja <input type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/>	Ja <input type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/>
Satsat:	Satsat:	Satsat:	Satsat:	Satsat:	Satsat:	Satsat:
Vunnit/ förlorat:	Vunnit/ förlorat:	Vunnit/ förlorat:	Vunnit/ förlorat:	Vunnit/ förlorat:	Vunnit/ förlorat:	Vunnit/ förlorat:
Tid som spelats:	Tid som spelats:	Tid som spelats:	Tid som spelats:	Tid som spelats:	Tid som spelats:	Tid som spelats:
Typ:	Typ:	Typ:	Typ:	Typ:	Typ:	Typ:



Referenser

Vetenskapliga artiklar, internationella

Hodgins, D. C., & Makarchuk, K. (2003). Trusting Problem Gamblers: Reliability and Validity of Self-Reported Gambling Behavior. *Psychology of Addictive Behaviors*, 17(3), 244-248.

Weinstock, J., Whelan, J. P., & Meyers, A. W. (2004). Behavioral assessment of gambling: an application of the timeline followback method. *Psychological Assessment*, 16(1), 72-80.

Manualer, internationell

Sobell, Linda, C., and Sobell, Mark, B. (1996). *Timeline Follow-Back user's guide: A calendar method assessing alcohol and drug abuse*. Toronto, Ontario, Canada: Addiction Research Foundation.

Hodgins, D. et al. (2014). *Time Line Follow Back Method: Retrospective Report of Gambling Behaviour*. Unpublished manuscript. Addictive Behaviours lab.

Bokkapitel, svenska

Carlbring, P. & Jonsson, J. *Spelberoende*, Kapitel 18 i: Öst, L.-G. (2013). *KBT inom psykiatri* (2. rev. utökade utgåvan. ed.). Stockholm: Stockholm: Natur & Kultur.