

Kontaktperson*	Sarah Vigerland
Kontaktuppgift (e-post) *	sarah.vigerland@sll.se
Kontaktuppgift (telefon)	08 123 522 10
Förvaltare/Utgivare*	BUP Internetbehandling, Region Stockholm
Informationsdatum* (ÅÅÅÅ-MM-DD)	2021-06-29
<i>Informationsdatum är det datum då formuläret fylldes i</i>	

* = Obligatorisk fråga

För att skapa transparens kring programmen som används i SibeR så beskriver utgivaren sina behandlingsprogram enligt denna checklista som har harmoniserats med värderingsmall för internetbaserade behandlingsprogram utformat av Nationell kompetensgrupp för Internetbaserade program/Nationell Samverkan för Kunskapsstyrning (NSK) vid SKL hösten 2016. Programbeskrivningarna kommer läggas upp på <https://siber.registercentrum.se> i pdf-format under rubrik Behandlingsprogram.

Vid frågor, kontakta koordinator för SibeR, se siber.registercentrum.se

Instruktion: För att markera en kryssruta i word-dokument-version, ställ markören före rutan och slå mellanslag. För övrigt besvaras check-listan med fritext i avsedda tabellområden.

1.1 ALLMÄNT

Behandlingsprogrammets namn:

Med behandlingsprogram avses en beskrivning av målgrupp för och ursprung till programmet, dess format och innehåll. Lämplig akronym för koden erhålls av central koordinator för SibeR.

Ett exempel: Depressionsbehandling Region Uppsala, KOD: DEPUPS

BIP:s ångestprogram för ungdomar	KOD: AN2BIP
----------------------------------	-------------

Aktuellt versionsnummer för Behandlingsprogrammet:

2.0	(1.0-10.0)
-----	------------

Versionsnummer för behandlingsprogram ändras med nytt versionsnummer vid mer genomgripande förändring av behandlingsprogram. Inför en större ändring kontaktas koordinator i SibeR.

Källa, datum när behandlingsprogrammet skapades och av vem:

2016	(ÅÅÅÅ)
Behandlingen är en ungdomsanpassning av BIP:s ångestprogram för barn (version 3). Behandlingen är utvecklad av medlemmar i Eva Serlachius forskargrupp.	Personer, beskrivning

Datum när den aktuella versionen av behandlingsprogrammet skapades:

2020-04-27	(ÅÅÅÅ-MM)
------------	-----------

Förvaltare/utgivare:

BUP Internetbehandling	Ev kommentarer:
------------------------	-----------------

1.2 MÅLGRUPP

Indikation (diagnos, problem):

Specificera:	Ångestsyndrom (social ångest, separationsångest, generaliserat ångestsyndrom, paniksyndrom, agorafobi, specifik fobi)
--------------	---

Syfte (en eller flerval):

Behandling

Återfallsprevention

Prevention

Utbildning

Annat, specificera

Ålder (en eller flerval):

Mer än eller lika med 18 år

Annan åldersgrupp, ange:

Ampassat för 13-17 år

Språk (enval):

Svenska

Annat språk än svenska, ange:

Anpassning för funktionshinder (flerval):

Synskadade

Hörselskadade

Annat, specificera:

Innehållet i alla ljudfiler och filmer finns även att läsa.

Vilken hårdvara är behandlingsprogrammet i aktuell plattform optimerat för? (en eller flerval):

Dator med internet

Mobil

Läsplatta

Hög internetkapacitet, mer än:

Kommentar:

1.3 KONTEXT

Vilken population är programmet ursprungligen utvecklat för (en eller flerval):

Primärvård

Psykiatri

Somatisk vård

Ange område:

Allmän befolkning

Annat

Specificera:

Krav på behandlarkompetens: Nej Ja, specificera:

Grundläggande KBT-utbildning

Finns det rekommendationer om specifik vårdprocess (bedömningsrutin, behandlingskontext, uppföljningsrutiner) för att programmet ska fungera: Nej Ja, specificera:

Grundläggande barnpsykiatrisk bedömning innan behandling för att bedöma insatsens lämplighet samt uppföljningar direkt efter och tre månader efter avslutad behandling. I studier har det visat sig att om familjerna har börjat exponera under behandlingstiden så kan förbättringar fortsätta fram till uppföljning, även om problem kvarstår direkt efter behandling. Under behandlingstiden kan behandlaren behöva ta ställning till om behandlingen bör avbrytas i förtid om den inte är verksam, eller det framkommer annan problematik som vårdkrävande.

Teknisk plattform under utvecklingen av senaste version:

Stöd och Behandling (SoB)

Tekniska plattformar som använts i drift för programmet:

Forskningsplattformen BIP, SoB

Användningsområden hittills (flerval): Forskning Hälso- och sjukvård Annat, specificera:**Om programmet använts i vården, ange inom vilka verksamheter/enheter samt ungefärligt antal patienter och från när:**

Inom ramen för forskning:

BUP Region Jämtland Härjedalen, ca 60 patienter

Inom ramen för klinisk verksamhet:

BUP Internetbehandling i Stockholm, ca

1.4 INNEHÅLL**Sammanfattande beskrivning av teoretisk modell (förändringsfokus, verksamma komponenter):**

Beskriv i fri text med maximalt 20 ord

Programmet bygger framförallt på beteendeanalys och exponering. Även föräldrars eventuellt vidmakthållande beteende adresseras.

Finns det en publicerad förlaga i bok eller manual? Nej Ja, specificera:

Är programmet anpassat efter ett normkritiskt perspektiv – är text, bilder, språk eller annat utformat med hänsyn till variationer inom avsedd målgrupp?

Nej

<input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera:	Texten är anpassat på så sätt att "hen" används istället för könsspecifika pronomen, texten utgår inte heller från att barnet har en mamma och en pappa.
--	--

Är självrapporterade standardiserade frågeformulär/skattningsskalor för att följa patientens behandlingsprocess inlagda i programmet?

Nej

<input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera (med eventuell referens, ange om copyright):	RCADS-47, KIDSCREEN-10
--	------------------------

Är andra formulär/uppföljningsmätt inlagda i programmet?

Nej

<input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera:	NEQ
--	-----

Totalt antal ord i fast text till patienten:

Barn/Förälder: Ca 9170/8260	(heltal)
-----------------------------	----------

Totalt antal minuter video till patienten:

Barn/förälder: ca 13/15	(heltal)
-------------------------	----------

Förväntad behandlingstid i veckor:

12	(0-20, heltal)
----	----------------

Totalt antal behandlingsavsnitt/moduler som en patient förväntas genomgå:

Avses antalet moduler som patienten ska göra under behandlingen för att ha fullföljt hela programmet

12	(0-30, heltal)
----	----------------

Antal obligatoriska behandlingsavsnitt:

Med obligatoriska behandlingsavsnitt avses förbestämda moduler som patienten förväntas genomgå oavsett problembild.

12	(0-30, heltal)
----	----------------

Antal valbara behandlingsavsnitt:

Med valbara behandlingsavsnitt avses moduler som man kan välja från för att anpassa behandlingen till patientens specifika problembild

0	(0-30, heltal)
---	----------------

Ingår moduler som riktar sig till närstående/föräldrar:

Ja, obligatoriskt

Ja, valfritt

Nej

Antal obligatoriska behandlingsavsnitt för närstående:

Med obligatoriska behandlingsavsnitt avses förbestämda moduler som närstående/förälder förväntas genomgå oavsett problembild.

12

(0-30, heltal)

Kan ordningsföljden av modulerna anpassas efter patientens behov (enval):

- Ja, till stor del
- Ja, till viss del
- Nej, i liten utsträckning

Om ja, ange metod för anpassning:

- Patienten väljer
- Behandlaren väljer
- Fri ordning
- Algoritmstyrd

Beskriv kort innehållet i varje behandlingsavsnitt/modul (syfte, innehåll, övningar/arbetsblad, hemuppgifter) samt markera om modulen är förbestämd eller valbar:

Om programmet också innefattar ett parallellt program för föräldrar/närstående så beskriv dessa moduler efter modulerna som riktar sig till patienten

Modul 1 (exempeltext) Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Introduktion och översikt till hela behandlingsprogrammet
<i>Innehåll</i>	Introduktion till KBT och information om paniksyndrom. Vad är rädsla, ångest och panikattacker? Vad händer i kroppen? Vilka tankar och tolkningar har betydelse? Vilka beteenden?
<i>Övningar/Arbetsblad</i>	Rädslans fysiologi, Hyperventilationstest
<i>Hemuppgifter</i>	Läsa modulens alla avsnitt. Läsa bladet "Rädslans fysiologi". Genomföra övningen "Hyperventilationstest". Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen

Moduler till ungdomar

Modul 1 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Introduktion till behandlingen, psykoedukation om ångest och vidmakthållande, rational för exponering
<i>Innehåll</i>	Psykoedukation om rädsla och ångest, funktionen av undvikande och ångestkurvan. Presentation av fall exempel.
<i>Arbetsblad/övningar</i>	Vilka saker är du rädd för?, Quiz om ångest och rädsla
<i>Hemuppgifter</i>	Göra en situationsanalys, planera samarbete med förälder

Modul 2 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Fortsatt psykoedukation om vidmakthållande och introduktion av coping, fortsatt rational för exponering
<i>Innehåll</i>	Uppföljning HU, funktionell analys, copingstrategier; avslappning, andning, här och nu
<i>Arbetsblad/övningar</i>	Funktionell analys, Coping-strategier
<i>Hemuppgifter</i>	Funktionell analys, coping-strategier

Modul 3 Förbestämd Valbar

<i>Syfte</i>	Information om och förberedelse för exponering
<i>Innehåll</i>	Uppföljning HU, Exponering, mål, målstegar
<i>Arbetsblad/övningar</i>	Uppföljning av HU, Quiz om målformulering, Formulera mål, Målstegar
<i>Hemuppgifter</i>	Copingövningar, fortsätt att jobba med målstegarna

Modul 4 Förbestämd Valbar

Syfte	Förbereda för exponering
Innehåll	Uppföljning HU, Förbereda exponering och repetition copingstrategier. Kort introduktion till färdighetsträning och poängspel (valfria moment).
Arbetsblad/övningar	Uppföljning av HU, Planera exponeringsövning
Hemuppgifter	Exponering

Modul 5 Förbestämd Valbar

Syfte	Följa upp/planera ny exponering
Innehåll	Exponeringsuppföljning. Kort information om introceptiv exponering orostund, oro vs problem, problemlösning, hinder, repetition exponeringstips, planera exponering
Arbetsblad/övningar	Uppföljning av HU, Upptäck potentiella hinder, Planera exponeringsövning
Hemuppgifter	Exponering, stäm av med förälder

Modul 6 Förbestämd Valbar

Syfte	Följa upp/planera ny exponering. Hantera rädslotankar
Innehåll	Exponeringsuppföljning, rädslotankar, notera tankar och skifta fokus, stå ut med osäkerhet, repetition av ett exponeringstips, ta hjälp av andra, planera exponering
Arbetsblad/övningar	Uppföljning av HU, Beskriv rädslotankar, Planera exponering
Hemuppgifter	Exponering, träna på att upptäcka rädslotankar

Modul 7 Förbestämd Valbar

Syfte	Följa upp/planera ny exponering
Innehåll	Exponeringsuppföljning, exponera i vardagen, Uppföljning och fördjupning av coping (tex vid sänggående, fokusskifte), coping vs undvikande, repetition av ett exponeringstips, planera exponering
Arbetsblad/övningar	Uppföljning av HU, Uppföljning av coping-strategier, Planera exponering
Hemuppgifter	Exponering

Modul 8 Förbestämd Valbar

Syfte	Följa upp/planera ny exponering, följa upp tankar
Innehåll	Exponeringsuppföljning, följa upp rädslotankar, repetition exponeringstips, planera exponering
Arbetsblad/interaktiva övningar	Uppföljning av HU, Uppföljning av arbetet med rädslotankar, Planera exponering
Hemuppgifter	Exponering

Modul 9 Förbestämd Valbar

Syfte	Följa upp/planera ny exponering
Innehåll	Exponeringsuppföljning, utmana extra, repetition samtliga exponeringstips
Arbetsblad/interaktiva övningar	Uppföljning av HU, Planera exponering
Hemuppgifter	Exponering, utmana extra mycket

Modul 10 Förbestämd Valbar

Syfte	Följa upp/planera ny exponering
Innehåll	Exponeringsuppföljning. Uppföljning smarta knep, orostund och rädslotankar. Repetition ångestkurvan, planera exponering
Arbetsblad/interaktiva övningar	Uppföljning av HU, Planera exponering
Hemuppgifter	Exponering, utmana extra mycket

Modul 11 Förbestämd Valbar

Syfte	Följa upp/planera ny exponering
Innehåll	Exponeringsuppföljning. Överinläring. Repetition exponeringstips, planera exponering
Arbetsblad/interaktiva övningar	Uppföljning av HU, Planera exponering
Hemuppgifter	Exponering

Modul 12 Förbestämd Valbar

Syfte	Följa upp exponering, sammanfattning, utvärdering vidmakthållande
Innehåll	Exponeringsuppföljning. Sammanfattning rädsla/ångest, mål, behandlingen. Utvärdering behandlingen
Arbetsblad/interaktiva övningar	Vad har du lärt dig?, Sammanfattning av behandlingen, Utvärdering av behandlingen
Hemuppgifter	Ingen

Moduler till förälder

Modul 1 Förbestämd Valbar

Syfte	Introduktion till behandlingen, psykoedukation om ångest och vidmakthållande, rational för exponering
Innehåll	Så fungerar behandlingen, psykoedukation om rädsla/ångest, uppkomst, kontextuella faktorerers påverkan (sömn, motion, stress etc), funktionell analys, utmaningar som förälder, positiv samvaro tillsammans med barnet, sänkta krav
Arbetsblad/övningar	Reflektera kring varför ångestproblematik uppstod, Reflektera kring egna utmaningar under behandlingen, Planering av arbetet med behandlingen, Funktionell analys
Hemuppgifter	Kom överens med ungdomen om behandlingsupplägg

Modul 2 Förbestämd Valbar

Syfte	Information om föräldrars vidmakthållande beteenden
Innehåll	Uppföljning HU, Om exponering, föräldrars vidmakthållande beteende (föräldrafällor)
Arbetsblad/övningar	Uppföljning HU, Funktionell analys, Reflektera kring föräldrafällor
Hemuppgifter	Lägg märke till föräldrafällor

Modul 3 Förbestämd Valbar

Syfte	Information om exponering
Innehåll	Uppföljning HU, förbereda för exponering, Information om exponering, mål och måstegar, repetition av undvikanden

	och anpassningar (föräldrafällor), Rädslotankar, belöningssystem
Arbetsblad/övningar	Uppföljning HU, funktionell analys, öva på målformulering
Hemuppgifter	Lägg märke till föräldrafällor, särskilt anpassningar och undvikanden

Modul 4 Förbestämd Valbar

Syfte	Föräldrars stöttande roll
Innehåll	Uppföljning HU, föräldrastrategier, guldstund, behov av färdighetsträning
Arbetsblad/övningar	Uppföljning HU, funktionell analysreflektera kring föräldrastrategier och guldstund
Hemuppgifter	Testa en föräldrastrategi

Modul 5 Förbestämd Valbar

Syfte	Uppföljning av exponering och generella råd för föräldrar
Innehåll	Uppföljning HU, orostund, oro vs problem, problemlösning
Arbetsblad/övningar	Uppföljning och planering
Hemuppgifter	Fortsätt med föräldrastrategier, stäm av med ungdomen

Modul 6 Förbestämd Valbar

Syfte	Information om att hantera rädslotankar
Innehåll	Uppföljning HU, rädslotankar, stå ut med osäkerhet, samarbeta med andra
Arbetsblad/övningar	Uppföljning och planering
Hemuppgifter	Föräldrastrategier

Modul 7 Förbestämd Valbar

Syfte	Uppföljning och information om vikten av återhämtning
Innehåll	Uppföljning HU, avstämning kring behandlingen, att som förälder ta hand om sig själv.
Arbetsblad/övningar	Uppföljning och planering
Hemuppgifter	Planera in återhämtning

Modul 8 Förbestämd Valbar

Syfte	Repetition
Innehåll	Uppföljning HU, repetition, smarta knep vs undvikanden, prioriteringar
Arbetsblad/interaktiva övningar	Uppföljning och planering
Hemuppgifter	Föräldrastrategier och återhämtning

Modul 9 Förbestämd Valbar

Syfte	Information om överinläring
Innehåll	Exponeringsuppföljning, Hur långt har ni kommit i målstegen? Utmana extra, överinläring, Följa upp egna mål.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Uppföljning och planering
Hemuppgifter	Föräldrastrategier och återhämtning

Modul 10 Förbestämd Valbar

Syfte	Uppföljning och repetition
Innehåll	Uppföljning HU, repetition föräldrastrategier, uppföljning kontextuella faktorer (sömn, motion, stress etc)
Arbetsblad/interaktiva övningar	Uppföljning och planering
Hemuppgifter	Föräldrastrategier och återhämtning

Modul 11 Förbestämd Valbar

Syfte	Blicka framåt
Innehåll	Uppföljning HU, blicka framåt – öva vidare och saker som kan komma i vägen
Arbetsblad/interaktiva övningar	Uppföljning och planering, förutse hinder framöver
Hemuppgifter	Föräldrastrategier

Modul 12 Förbestämd Valbar

Syfte	Uppföljning, utvärdering och vidmakthållande
Innehåll	Uppföljning HU, sammanfattning och utvärdering av behandlingen.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Uppföljning HU, Vad har du lärt dig?, sammanfattning, utvärdering av behandlingen
Hemuppgifter	

1.5 KOMMUNIKATIONSFORMER

Krav på teknisk plattform – via vilka typer av kommunikationssätt presenteras innehållet? (flerval)

- Text
- Animeringar
- Interaktiv grafik (t ex enklare spel)
- Bilder/figurer
- Ljud
- Video
- 3-D virtual reality
- Formulärhantering

Krav på obligatoriska moment för att patienten ska kunna fullfölja behandlingen? (flerval)

- Inga
- Arbetsblad
- Påminnelser

<input checked="" type="checkbox"/> Annat, specificera:	Föräldramedverkan i form av inkluderat föräldraprogram (separat moment)
---	---

Återkoppling/ stöd för att programmet ska fungera som avsett (enval):

- Utan återkoppling
- Standardiserad återkoppling (samma oavsett vad patienten svarar)

- Personligt anpassad återkoppling baserad på patientens svar (automatiserad)
- Individualiserat behandlarstöd

Vilka möjligheter till kommunikation med patienten finns för att programmet ska fungera optimalt? (enval eller flerval)

- Saknas
- Asynkron (epost, SMS, etc)
- Synkron (video, chatt, telefon)
- Kombinerad asynkron och synkron

Beskriv i fritext grundkrav på tvåvägskommunikation (frivilligt):

Asynkron kontakt via behandlingsplattform är grundkrav. Telefonkontakt vid behov.

Rekommenderad frekvens av återkoppling:

Ca två gånger per vecka.

Behandlare kan följa vad patienten gör och kommentera detta (individuellt gränssnitt)

- Ja
- Nej

2. UTVÄRDERING

Har det internetbaserade behandlingsprogrammet utvärderats vetenskapligt?

- Ja
- Utvärdering pågår, ännu inte publicerad
- Nej

Om ja, typ av studie/er	Referenser
RCT	
Långtidsuppföljning	
Observationsstudie	Vigerland et al. "Ökad tillgänglighet till psykologisk behandling för barn och ungdomar med internetförmiddlad kognitiv beteendeterapi – en pragmatisk utvärdering i reguljärvård i svensk glesbygd." (manuscript)
Annan typ av kvantitativ studie	
Kvalitativ studie patientupplevelser	
Kvalitativ studie behandlarupplevelser	
Hälsoekonomisk studie	
Rapporter	
Studentuppsatser	Fredlander, S. Increased Access to Cognitive Behavioural Therapy through Internet-Delivered Treatment - a Pragmatic Evaluation within Regular Health Care. (2020)
Annan dokumentation med möjlig relevans	
Studier med närliggande program	Jolstedt, Maral, et al. "Efficacy and cost-effectiveness of therapist-guided internet cognitive behavioural therapy for paediatric anxiety disorders: a single-centre, single-blind, randomised controlled trial." <i>The Lancet Child & Adolescent Health</i> 2.11 (2018): 792-801.

	<p>Vigerland, Sarah, et al. "Internet-delivered cognitive behavioural therapy for children with anxiety disorders: A randomised controlled trial." <i>Behaviour Research and Therapy</i> 76 (2016): 47-56.</p> <p>Lenhard, Fabian, et al. "Therapist-guided, internet-delivered cognitive-behavioral therapy for adolescents with obsessive-compulsive disorder: a randomized controlled trial." <i>Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry</i> 56.1 (2017): 10-19.</p> <p>Jolstedt, Maral, et al. "Implementation of internet-delivered CBT for children with anxiety disorders in a rural area: A feasibility trial." <i>Internet interventions</i> 12 (2018): 121-129.</p> <p>Vigerland, Sarah, et al. "Long-term outcomes and predictors of internet-delivered cognitive behavioral therapy for childhood anxiety disorders." <i>Behaviour research and therapy</i> 90 (2017): 67-75.</p> <p>Jolstedt, Maral, et al. "Long-term outcomes of internet-delivered cognitive behaviour therapy for paediatric anxiety disorders: towards a stepped care model of health care delivery." <i>European child & adolescent psychiatry</i> (2020): 1-10.</p> <p>Jolstedt, Maral, et al. "Efficacy and cost-effectiveness of therapist-guided internet cognitive behavioural therapy for paediatric anxiety disorders: a single-centre, single-blind, randomised controlled trial." <i>The Lancet Child & Adolescent Health</i> 2.11 (2018): 792-801.</p>
--	--