

Kontaktperson*	Erik Forsell, utvecklingsansvarig psykolog Internetpsykiatri
Kontaktuppgift (e-post) *	erik.forsell@regionstockholm.se
Kontaktuppgift (telefon)	
Förvaltare/Utgivare*	Psykiatri Sydväst, SLSO, Region Stockholm
Informationsdatum* (ÅÅÅÅ-MM-DD)	2023-02-02
<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.

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 koordinatör för SibeR.

Internetpsykiatri PSV – Social fobi-behandling	KOD:SOCIPS
--	------------

Aktuellt versionsnummer för Behandlingsprogrammet:

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

Versionsnummer för behandlingsprogram ändras med nytt versionsnummer vid mer genomgripande förändring av behandlingsprogram

Källa, datum när behandlingsprogrammet skapades och av vem:

2019	(ÅÅÅÅ)
<p>Behandlingen bygger på Sofiestudien (Andersson et al., 2006; se lista över publikationer) och utvecklades vid Uppsala Universitet. Den modifierades och vidareutvecklades av Erik Hedman-Lagerlöf, testades och användes på P2-plattformen på Internetpsykiatri mellan 2008-2018. En stor revision av programmet genomfördes av psykolog Jennifer Söderdahl i samarbete med andra psykologer på enheten 2019.</p> <p>Förändringen 2019 innebar: Introduktion av beteendexperiment tidigare, med fokus på kognitivt arbete utifrån beteendexperiment. Exponering görs i form av beteendexperiment. Ny version av exponeringshierarki. Större vikt läggs vid fokusskifte.</p> <p>Sedan år 2021 ligger programmet på plattformen SOB. Bildmaterial ändrades och lades till. Arbetsblad och hemuppgiftsrapporter designades om för att den tekniska plattformen.</p>	Personer, beskrivning

Datum när den aktuella versionen av behandlingsprogrammet skapades:

Version 2.0 skapad hösten 2020 (inlagd i SoB)	(ÅÅÅÅ-MM)
---	-----------

Förvaltare/utgivare:

Psykiatri Sydväst, Internetpsykiatri	Ev kommentarer:
--------------------------------------	-----------------

1.2 MÅLGRUPP

Indikation (diagnos, problem):

Specificera:	Patienter diagnostiserade med social 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: Från 16 år

Språk (enval):

Svenska

Annat språk än svenska, ange:

Anpassning för funktionshinder (flerval):

Synskadade

Hörselskadade

Annat, specificera:

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: Programmet har använts inom psykiatrisk klinik men med bred rekrytering från primärvård, befolkning och psykiatri

Krav på behandlarkompetens: Nej Ja, specificera: Grundläggande KBT-utbildning (steg 1)**Finns det rekommendationer om specifik vårdprocess (bedömningsrutin, behandlingskontext, uppföljningsrutiner) för att programmet ska fungera:** Nej Ja, specificera: Diagnostisering och lämplighetsbedömning för behandlingsformatet innan inklusion. Kontinuerliga patientskattningar under behandlingstiden för att kunna monitorera mående. Övervakningssystem och rutiner för riskhantering, t ex suicidrisk**Teknisk plattform under utvecklingen av senaste version:**

Stöd och Behandlingsplattformen (SoB)

Tekniska plattformar som använts i drift för programmet:

Internetpsykiatri P2, 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:**Internetpsykiatri PSV:
P2 - 249 startade i behandling under perioden 2019-10-02 - 2020-11-13
SoB - 59 startade i behandling under perioden 2020-11-15 - 2021-02-22

1.4 INNEHÅLL

Sammanfattande beskrivning av teoretisk modell (förändringsfokus, verkamma komponenter):

Beskriv i fri text med maximalt 20 ord	KBT, psykoedukation kring social fobi, strategier för hantering av tankar, beteendeeperiment, exponering, minskning av säkerhetsbeteenden samt återfallsprevention.
--	---

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 Ja, specificera: Bilder är anpassade enligt variation avseende etnicitet, ålder och kön. Exemplet är anpassade enligt variation avseende sexuell läggning och etniskt ursprung

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):	SPIN och MADRS-S löpande veckomätningar från våren 2021. LSAS, SPIN, MADRS-S och WHODAS-12 för- efter- och uppföljningsmätning C-skalan, är en skala som mäter patientens upplevda trovärdighet av programmet vid tredje modulen Egen patientenkät för utvärdering av patientens upplevelser, bemötande, eventuella negativa effekter, mm, samt innefattar även ett internationellt standardiserat formulär för upplevd tillfredsställelse med behandlingen Client Satisfaction Questionnaire (CSQ-8) vid avslut. CSQ-8 har copyright.
--	--

Är andra formulär/uppföljningsmått inlagda i programmet? Nej

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

Totalt antal ord i fast text till patienten:

36 200	(heltal)
--------	----------

Totalt antal minuter video till patienten:

0	(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*

10	(0-30, heltal)
----	----------------

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

10	(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.

(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

Syfte	Introduktion och översikt till hela behandlingsprogrammet
Innehåll	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?
Övningar/Arbetsblad	Rädslans fysiologi, Hyperventilationstest
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Läsa bladet "Rädslans fysiologi". Genomföra övningen "Hyperventilationstest". Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen

Modul 1 Förbestämd Valbar

Syfte	Introduktion och översikt till behandlingen.
Innehåll	Psykoedukation om social fobi samt behandlingen. Introduktion till KBT och samband mellan tankar, känslor och beteende.
Arbetsblad/övningar	
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt, skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen

Modul 2 Förbestämd Valbar

Syfte	Introduktion till tankar
Innehåll	Tankars roll vid social fobi och presentation av strategier för hantering. Introduktion till fokusskifte.
Arbetsblad/övningar	Registrera och hantera tankar
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen. Använda registrering och hantering av tankar. Börja med fokusskifte.

Modul 3 Förbestämd Valbar

Syfte	Fortsättning hantering av tankar introduktion till beteendeeperiment.
Innehåll	Introduktion till beteendeeperiment och exponering. Praktisk utmaning av negativa tankar. Formulering av beteendeinriktade mål.
Arbetsblad/övningar	Mål för exponering, Beteendeeperiment
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen. Formulera mål, genomföra ett beteendeeperiment.

Modul 4 Förbestämd Valbar

Syfte	Exponering och minskning av säkerhetsbeteenden
Innehåll	Fortsatt introduktion till exponering med principer för exponering och introduktion till säkerhetsbeteenden och deras funktion. Hanteringsstrategier för åltande och förväntansångest.
Arbetsblad/övningar	Mina säkerhetsbeteenden, Beteendeeperiment
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen. Kartlägga säkerhetsbeteenden. Göra ett beteendeeperiment och ersätta säkerhetsbeteenden med alternativa beteenden.

Modul 5 Förbestämd Valbar

Syfte	Fortsatt exponering
Innehåll	Genomgång av de vanligaste utmaningarna i samband med exponeringar samt tips för fler exponeringssituationer.
Arbetsblad/övningar	Beteendeeperiment
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen. Fortsätta arbeta med beteendeeperiment.

Modul 6 Förbestämd Valbar

Syfte	Färdigheter i kommunikation
Innehåll	Introduktion till strategier för ökade färdigheter i kommunikationsförmåga och tillämpande av strategierna i exponeringar.
Arbetsblad/övningar	Beteendeeperiment
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen. Göra beteendeeperiment utifrån modulens kommunikationstips.

Modul 7 Förbestämd Valbar

Syfte	Vidga beteenderepetoaren.
Innehåll	Strategier för utvidgning av beteenderepetoaren för ökad effekt av exponering.
Arbetsblad/övningar	Beteendeeperiment
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen. Göra beteendeeperiment utifrån modulens tips.

Modul 8 Förbestämd Valbar

Syfte	Fortsatt exponering.
Innehåll	Inget nytt innehåll, fortsatt arbete med exponering utifrån tidigare presenterade strategier.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Beteendeeperiment.
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen. Fortsatt exponering med beteendeeperiment.

Modul 9 Förbestämd Valbar

Syfte	Sammanfattning
Innehåll	Repetition och genomgång av det tidigare innehållet i behandlingen och sammanfattning av det viktigaste.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Sammanfattning av strategier, Beteendeeperiment
Hemuppgifter	Läsa modulens avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen .Fortsatt arbete med exponering genom beteendeeperiment. Repetition av tidigare moduler.

Modul 10 Förbestämd Valbar

Syfte	Avslut och återfallsprevention
Innehåll	Introduktion till hantering av bakslag. Tips för planering inför framtiden och det fortsatta arbetet. Plan för återfallsprevention.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Min plan framåt
Hemuppgifter	Läsa modulens alla avsnitt. Skicka in svaren på frågorna i slutet av modulen. Fortsatta exponeringsövningar. Göra upp en plan för fortsatt arbete.

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

Annat, specificera:

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):

Kommunikationen sker i huvudsak via plattformen, men patienten bör även kunna nås per telefon, t ex vid försämrat mående eller vid behov av extra behandlingsstöd

Rekommenderad frekvens av återkoppling:

En gång per vecka, tätare vid behov

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

<i>Om ja, typ av studie/er</i>	<i>Referenser</i>
RCT	
Långtidsuppföljning	
Observationsstudie	
Annan typ av kvantitativ studie	
Kvalitativ studie patientupplevelser	
Kvalitativ studie behandlarupplevelser	
Hälsoekonomisk studie	
Rapporter	
Studentuppsatser	

<p>Annan dokumentation med möjlig relevans</p>	
<p>Studier med närliggande program</p>	<p>Forskning på ursprungsmaterialet Andersson, G., Carlbring, P., Holmström, A., Sparthan, E., Furmark, T., Nilsson-Ihrfelt, E., Buhrman, M. & Ekselius, L. (2006). Internet-based self-help with therapist feedback and in-vivo group exposure for social phobia: a randomized controlled trial. <i>Journal of Consulting and Clinical Psychology</i>, 74, 677-686.</p> <p>Furmark, T., Carlbring, P., Hedman, E., Sonnenstein, A., Clevberger, P., Bohman, B., Eriksson, A., Hållén, A., Frykman, M., Holmström, A., Sparthan, E., Tillfors, M., Nilsson Ihrfelt, E., Spak, M., Eriksson, A., Ekselius, L., & Andersson, G. (2009). Guided and unguided self-help for social anxiety disorder: randomised controlled trial. <i>British Journal of Psychiatry</i>, 195, 440-447.</p> <p>FORSKNING PÅ GAMLA SOCIAL FOBI-BEHANDLINGEN genomförd i P2 vid Internetpsykiatri Hedman E, Andersson G, Ljótsson B, Andersson E, Rück C, Mörtberg E, Lindefors N. Internet-based cognitive behavior therapy vs. Cognitive behavioral group therapy for social anxiety disorder: a randomized controlled non-inferiority trial. <i>PLoS One</i> 2011;Mar 25;6(3)</p> <p>Hedman E, El Alaoui S, Lindefors N, Andersson E, Rück C, Ghaderi A, Kaldo V, Lekander M, Andersson G, Ljótsson B. Clinical effectiveness and cost-effectiveness of Internet- vs. group-based cognitive behavior therapy for social anxiety disorder: 4-Year follow-up of a randomized trial. <i>Behavior Research and Therapy</i> 2014;59;20-29.</p> <p>El Alaoui S, Hedman E, Ljótsson B, Lindefors N. Long-term effectiveness and outcome predictors of therapist-guided internet-based cognitive-behavioural therapy for social anxiety disorder in routine psychiatric care. <i>BMJ Open</i> 2015;5e007902</p> <p>El Alaoui S, Hedman E, Kaldo V, Hesser H, Kraepelien M, Andersson E, Rück C, Andersson G, Ljótsson B, Lindefors N. Effectiveness of Internet-Based Cognitive-Behavior Therapy for Social Anxiety Disorder in Clinical Psychiatry. <i>Journal of Consulting and Clinical Psychology</i> 2015; 83:902-914</p> <p>El Alaoui S, Ljótsson B, Hedman E, Kaldo V, Andersson E, Rück C, Andersson G, Lindefors N. Predictors of Symptomatic Change and Adherence in Internet-Based Cognitive Behaviour Therapy for Social Anxiety Disorder in Routine Psychiatric Care. <i>PLoS ONE</i> 2015;10(4):e0124258</p>