

Kontaktperson*	Magnus Johansson
Kontaktuppgift (e-post) *	magnus.johansson@regionstockholm.se
Kontaktuppgift (telefon)	
Förvaltare/Utgivare*	eStöd, Beroendecentrum Stockholm
Informationsdatum* (2025-09-12)	2026-03-24
<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

Spelprogrammet ("Spelbehandling via nätet eStöd")	KOD:SPEBCS
---	------------

Aktuellt versionsnummer för Behandlingsprogrammet:

6.0	(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:

2019	(ÅÅÅÅ)
Olof Molander (leg psykolog, docent) och Philip Lindner psykolog (leg psykolog, docent).	Personer, beskrivning

Datum när den aktuella versionen av behandlingsprogrammet skapades:

2025-06-16	(ÅÅÅÅ-MM)
------------	-----------

Förvaltare/utgivare:

eStöd, Beroendecentrum, SLSO	Ev kommentarer:
------------------------------	-----------------

1.2 MÅLGRUPP

Indikation (diagnos, problem):

Specificera:	För personer med spel om pengar, diagnos: F63.0 Spelberoende (ICD10), Hasardspelsyndrom (DSM5), Z72.6 Spel och vadhållning.
--------------	---

Syfte (en eller flerval):

☒ Behandling	
☐ Återfallsprevention	
☐ Prevention	
☐ Utbildning	
☐ Annat, specificera	

Ålder (en eller flerval):

☒ Mer än eller lika med 18 år	
☐ Annan åldersgrupp, ange:	

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:

Krav på behandlarkompetens:

☐ Nej

☒ Ja, specificera:

Psykolog/Psykoterapeut, grundläggande utbildning inom KBT

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

☐ Nej

☒ Ja, specificera:

Psykiatrisk utredning inklusive bedömning med spelformulär:
SCI-GD (Molander et al., 2023, Assessment)
GDIT (Molander et al., 2021, Assessment).

På e-Stödsenheten kan 1) patienter söka själv via egenanmälan om man är skriven och bosatt i Sverige eller 2) komma via remiss

1) Vid egenanmälan görs bedömning av läkare vid två videobesök
2) Vid remiss önskas att bedömning har gjorts med SCI-GD spelintervju, annars kan t.ex. självskattning GDIT ge info. Det är också bra om patientens substansbruk/ samsjuklighet är färdigbedömt.

Bedömningen innefattar bedömning av spelproblematik, men även ställningstaganden till blandberoende, psykiatriska besvär, om det finns påtagliga kognitiva svårigheter, och om substansbruk är av svårare karaktär, t ex hög pågående alkoholkonsumtion som medför medicinska komplikationer eller abstinensrisk.

- Patienter som har mer komplexa psykiska besvär till exempel bipolaritet, emotionell instabilitet, ätstörning eller psykossjukdom kräver särskilt ställningstagande.
- Stabil patient med välreglerad läkemedelsbehandling liksom behandling för annan problematik administrerad på annan mottagning behöver ej utgöra ett hinder.
- För suicidnära patienter/patient som genomfört ett suicidförsök inom de senaste 6 månaderna är annan vårdinsats mer lämplig.
- Om patienten har behov av avgiftning, medicinering eller psykosociala insatser för sitt substansbruk, så bör detta ske innan behandling på eStöd.

Teknisk plattform under utvecklingen av senaste version:

SoB

Tekniska plattformar som använts i drift för programmet:

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:

Verksamhet: eStöd. Det började som projekt 2018 och sedan som pilotstudie under ledning av Philip Lindner (Projektledare) och Olof Melander. Det blev ett ordinarie behandlingsprogram 2024. September 2025 hade 780 patienter påbörjat behandlingen.

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

Beskriv i fri text med maximalt 20 ord

Spelprogrammet bygger på en kognitiv-beteendeterapeutisk modell där tillgång till pengar och förstärkningsförväntan driver hastiga motivationsförändringar och i sin tur beteendearbete, efter vilket spelbeteendet står under kontroll av intermittent förstärkning, nästan-vinster, jagandet av förluster, med mera, under hög immersion. Kognitioner och emotioner utmanas genom kartläggning och en serie beteendeeexperiment som syftar till att bredda beteendepertoar och stärka upplevd kontroll.

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:

Anpassat utifrån populationens variation avsett kön.

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

☐ Nej

☒ Ja, specificera (med eventuell referens, ange om copyright):

G-SAS (veckovis), PHQ-9 (före-efter mätning, MADRS-S fråga 9 (veckovis).
I den avslutande modulen finns Utvärderingsformulär:
GDIT Gambling Disorder Identification Test
GDIT Gambling Disorder Identification Test efter behandling
Patient Health Questionnaire (PHQ) Efter behandling (Obligatoriskt formulär)
Client Satisfaction Questionnaire (CSQ) Efter behandling (Obligatoriskt formulär)
Negative Effects Questionnaire (NEQ-20) Efter behandling (Obligatoriskt formulär)

Är andra formulär/uppföljningsmätt inlagda i programmet?

☐ Nej

☒ Ja, specificera:

"upplevd svårighet att kontrollera spel (1-100)". "mående senaste veckan (VAS 1-100)"

Totalt antal ord i fast text till patienten:

?

(heltal)

Totalt antal minuter video till patienten:

0

(heltal)

Förväntad behandlingstid i veckor:

14 veckor

(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

9

(0-30, heltal)

Antal obligatoriska behandlingsavsnitt:

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

9

(0-30, heltal)

Antal valbara behandlingsavsnitt:

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

1

(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

(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 ☒ Förbestämd ☐ Valbar

Syfte	Lär sig om hur spelande fungerar.
Innehåll	Den första modulen handlar om att lyfta patientens förväntningar på behandlingen och vilka mål hen vill uppnå. Patienten får uppmärksamma eventuella mönster i spelandet och identifierade triggers – både i situation och tanke. Utforskar om det finns andra intressen eller områden i livet som patienten värdesätter och vill lägga mer tid på.
Arbetsblad/övningar	• Varför vill du gå behandlingen? • Mål • Kartlägg dina spelsituationer • Mina spelsituationer • Vad tar du med dig?
Hemuppgifter	Patienten arbetar självständigt med modulens arbetsblad/övningar under veckan.

Modul 2 ☒ Förbestämd ☐ Valbar

Syfte	Lära sig varför man fortsätter att spela fast man kanske inte vill det.
Innehåll	I Modul 2 är fokus på kontrollförlust – hur spelandet tar över trots intentioner att sluta eller minska. Patienten fortsätter med första steg mot förändring och får reflektera kring vad som fungerat. Kartläggningen av spelsituationer fortsätter och man får särskilja mellan yttre (miljö, tillgång till pengar) och inre triggers (tankar, känslor, rastlöshet).
Arbetsblad/övningar	• Känner du igen dig? • Reaktionsmönster för kontrollförlust • Planera första steget • Kartlägg dina spelsituationer • Registrera spelsituationerFärdig • Credibility Expectancy QuestionnaireFärdig • Formuläret är obligatoriskt
Hemuppgifter	Patienten arbetar självständigt med modulens arbetsblad/övningar under veckan.

Modul 3 ☒ Förbestämd ☐ Valbar

Syfte	Ta kontroll över sitt spelande. Rational för behandling, öka kontrollen genom beteendeövningar.
Innehåll	I modul 3-8 ligger fokus på beteendeövningar samt att följa upp planeringen av dessa. Det gäller för behandlare att komma med feedback på övningarna och sedan uppmuntra patienten att utvärdera hur det gått. I rationalen för behandlingen ingår att påminna om att det är viktigt att med en stegvis ökning av svårighetsgraden och att svårare övningar med fördel kan testas när patienten tillskansat sig fler strategier för kontroll i utmanande situationer. Guidningen kring övningarna utgår ifrån

	bedömningen/journal avseende spelberoendets svårighetsgrad, vilket stöd patienten har runt sig, psykiatrisk samsjuklighet samt aktuell yttre samt inre kontrollfunktioner.
Arbetsblad/övningar	
Hemuppgifter	Patienten arbetar självständigt med modulens arbetsblad/övningar under veckan.

Modul 4 ☒ Förbestämd ☐ Valbar

Syfte	Lära sig om hur tankar påverkas av spelande
Innehåll	Psykoedukation och beteendevningar kring hur tankar och tänkande påverkas av hasardspel. Fokus även på barn som närstående, information angående "föra-barn-på-tal-samtal".
Arbetsblad/övningar	• Känner du igen dig? • Barn som närstående • Planera beteendevningar • Utvärdering av beteendevningar • Tillbakablick
Hemuppgifter	Patienten arbetar självständigt med modulens arbetsblad/övningar under veckan.

Modul 5 ☒Förbestämd ☐Valbar

Syfte	Öka kontrollen över "spelläget"
Innehåll	Psykoedukation och beteendevningar för att öka kontrollen över vanliga triggers, såsom tillgång till pengar och positiv förväntan.
Arbetsblad/övningar	• Planera beteendevningar • Utvärdering av beteendevningar • Tillbakablick • Måluppföljning
Hemuppgifter	Patienten arbetar självständigt med modulens arbetsblad/övningar under veckan.

Modul 6 ☒Förbestämd ☐Valbar

Syfte	Lär sig hur "spelbubblan" fungerar
Innehåll	Psykoedukation och beteendevningar för att öka kontrollen över spelbeteende och dess emotionella upplevelser, inklusive jakt på förluster/vinster och fenomenet "dark flow".
Arbetsblad/övningar	• Diskutera med din psykolog • Anledningar till att satsa nya pengar • Planera beteendevningar • Utvärdering av beteendevningar • Tillbakablick
Hemuppgifter	Patienten arbetar självständigt med modulens arbetsblad/övningar under veckan.

Modul 7 ☒Förbestämd ☐Valbar

Syfte	Lär sig spelets fallgropar och hur du handskas med dem
Innehåll	Psykoedukation och beteendevningar för att öka kontrollen över spelande, med fokus på spelets konstruktion och dess psykologiska påverkan.
Arbetsblad/övningar	• Reaktioner i "spelbubblan" • Planera beteendevningar • Utvärdering av beteendevningar • Tillbakablick
Hemuppgifter	Patienten arbetar självständigt med modulens arbetsblad/övningar under veckan.

Modul 8 ☒ Förbestämd ☐ Valbar

Syfte	Utmana sig själv
Innehåll	Beteendeövningar med ökande svårighetsgrad för att stärka kontrollen.
Arbetsblad/interaktiva övningar	• Planera beteendeövningar • Utvärdering av beteendeövningar • Tillbakablick
Hemuppgifter	Patienten arbetar självständigt med modulens arbetsblad/övningar under veckan.

Modul 9 ☒ Förbestämd ☐ Valbar

Syfte	Vad har fungerat i behandlingen
Innehåll	Sammanfattning av behandlingen och upprättande av en vidmakthållandeplan
Arbetsblad/interaktiva övningar	• Lärde du dig något nytt • Vad innebär ett återfall för dig? • Hur kan man hantera ett återfall? • Spelpaus • Vad innebär ett bakslag för dig? • Vad har fungerat för dig? • Särskilt hjälpsam övning? • Undrar över i behandlingen? • Utvärdera behandlingsmål • Planera beteendeövningar att träna vidare på
Hemuppgifter	Behandlingen avslutas

Modul 10 ☐ Förbestämd ☒ Valbar

Syfte	"Första hjälpen" är en extra modul som behandlaren aktiverar vid behov. Ge ett stöd inför behandlingen, att få tips på hur man kan hantera de praktiska utmaningarna, enklare lösningar inför internetbehandlingen.
Innehåll	Information kring bakslag och praktiska tips angående hantering av spelproblem.
Arbetsblad/interaktiva övningar	Nej
Hemuppgifter	Nej

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):

Rekommenderad frekvens av återkoppling:

En gång/v

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	
Annan typ av kvantitativ studie	Molander O, Berman A, Jakobson M, Gajecki M, Hällström H, Ramnerö J, Bjureberg J, Carlbring P, Lindner P. Introducing and Evaluating the Effectiveness of Online Cognitive Behavior Therapy for Gambling Disorder in Routine Addiction Care: Comparative Cohort Study. J Med Internet Res 2024;26:e54754 URL: https://www.jmir.org/2024/1/e54754 , DOI: 10.2196/54754
Kvalitativ studie av patientupplevelser	Pågående
Kvalitativ studie behandlarupplevelser	
Hälsoekonomisk studie	
Rapporter	
Studentuppsatser	Vendel, K. (2024). Patient experiences of online cognitive behavioral therapy for gambling disorder within routine care: A qualitative interview study. Degree project (30 ECTS), study program in medicine, Karolinska Institutet.
Annan dokumentation med möjlig relevans	Ramnerö, J., Molander, O., Lindner, P., & Carlbring, P. (2019). What can be learned about gambling from a learning perspective? A narrative review. Nordic Psychology, 71:4.
Studier med närliggande program	