

Version:	Datum:
1.0	2016-10-04

Värderingsmall för internetbaserade behandlingsprogram

Värderingsmallen har tagits fram av SKL:s nationella kompetensgrupp för internetbaserat stöd och behandling. Värderingsmallen bygger på tre delar:

1. Ett frågeunderlag med beskrivning av programmet som besvaras av leverantören/utgivare.
2. En vetenskaplig granskning av artiklar som utvärderat valda program. Litteratursökning genomförs oberoende av leverantör med komplettering av förfrågan till leverantör om dokumenterade utvärderingar.
3. En granskning av en demo-version av programmet.

Efter att ifylld mall lämnats in utvärderas den av minst två personer. Svaret sammanfattas i ett utlåtande som beskriver övergripande bedömning av evidensgrad och rekommendation avseende områden och förutsättningar för tillämpning. Informationen kommer att vara tillgänglig på SKL's hemsida, nationella kompetensgruppen för internetbaserat stöd och behandling.

För eventuella frågor om mallen och hur den ska besvaras kan ni kontakta: Processledare Mats Bäckarslöf, tfn: 070-207 66 60, epost: mats.backarslof@dll.se.

1. Beskrivning av programmet

1.1. Allmänt

Programmets namn:	Ångesthjälpen Ung
Aktuellt versionsnummer:	1.0
Datum när programmet skapades:	2017-01-24
Datum när den aktuella versionen skapades:	2017-01-24
Utgivare:	Psykologpartners W&W
Kontaktperson – namn och mailadress:	Kristofer Vernmark, kristofer.vernmark@psykologpartners.se
Informationsdatum, när mallen är ifylld:	2017-03-15

1.2. Målgrupp

Indikation (problem, diagnos):	Ångesthjälpen ung är ett transdiagnostiskt behandlingsprogram för ångestproblematik hos ungdomar. Programmet är specifikt inriktat mot nedanstående diagnoser enligt DSM/ICD: <ul style="list-style-type: none"> - Social fobi - Paniksyndrom - Agorafobi
--------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<ul style="list-style-type: none"> - Generaliserad ångestsyndrom (GAD) - Tvångssyndrom (OCD) - Posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) - Ångestsyndrom UNS.
Syfte (flerval):	<input checked="" type="checkbox"/> Behandling <input type="checkbox"/> Återfallsprevention <input type="checkbox"/> Prevention <input type="checkbox"/> Utbildning <input type="checkbox"/> Annat, specificera:
Åldersgrupp:	<input type="checkbox"/> Från 18 år <input checked="" type="checkbox"/> Annan åldersgrupp 13-19 år
Språk:	<input checked="" type="checkbox"/> Svenska <input type="checkbox"/> Annat språk än svenska.....
Anpassning för funktionshinder (flerval):	<input type="checkbox"/> Synskadade <input type="checkbox"/> Hörselskadade <input type="checkbox"/> Annat, specificera:
Vilken hårdvara är behandlingsprogrammet optimerat för (kan/bör patient/klient använda)? (flerval):	<input checked="" type="checkbox"/> Dator med internet <input checked="" type="checkbox"/> Mobil <input checked="" type="checkbox"/> Läsplatta <input type="checkbox"/> Hög internetkapacitet, mer än:..... Kommentar:.....

1.3. Kontext

Vilken population är programmet ursprungligen utvecklat för (flerval):	<input checked="" type="checkbox"/> Primärvård <input checked="" type="checkbox"/> Psykiatri <input type="checkbox"/> Somatisk vård (område)..... <input type="checkbox"/> Allmän befolkning <input checked="" type="checkbox"/> Annat, specificera: Barn & ungdomshälsa, Ungdomsmottagningar, Unga vuxna, BUP
Krav på behandlarkompetens:	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera: Steg-1 i KBT eller motsvarande. 2 dagars utbildning i internetbehandling som metod, behandlarfärdigheter och det specifika programmet

Finns det rekommendationer om specifik vårdprocess (bedömningsrutin, behandlingskontext, uppföljningsrutiner) för att programmet ska fungera?	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera: fullvärdig klinisk bedömning, behandlarkontakt via text, telefon eller träff, avslutande kontakt. Uppföljning vid behov. Stöd som tillägg till verksamhetens/landstingets lathundar finns på sob.kbtonline.se
Teknisk plattform under utvecklingen av senaste version:	SOB
Tekniska plattformar som använts i drift för programmet:	SOB
Användningsområdena hittills (flerval):	<input type="checkbox"/> Forskning <input checked="" type="checkbox"/> Hälso- och sjukvård <input checked="" type="checkbox"/> Annat, specificera: uppstart av forskningsprojekt under 2017
Har programmet använts i vården?	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja Uppstart februari 2017 i Region Jönköping Uppstart våren 2017 i Kalmar läns landsting Uppstart våren 2017 i Region Kronoberg Uppstart hösten 2017 i Dalarnas landsting

1.4. Innehåll

Sammanfattande beskrivning av teoretisk modell (förändringsfokus, verk samma komponenter):	<p>Ångesthjälpen Ung är ett internetbaserat transdiagnostiskt behandlingsprogram som bygger på evidensbaserade behandlingsmetoder vid ångest – Exponering och Acceptance and commitment therapy (ACT) - båda beforskade KBT-behandlingar (A-tjak et al 2015 och Reynolds et al 2012).</p> <p>Behandlingsprogrammet Ångesthjälpen Ung baserar sig på det behandlingsupplägg som utformats av Hayes, Strosahl & Wilson (2011), samt varianter som är specifikt inriktade mot ångest (se Eifert, Forsyth & Hayes, 2005). Programmet vilar också på den forskning som visar att transdiagnostiska KBT-behandlingar via internet är effektiva vid behandling av olika sorters ångestproblematik (se exempelvis Titov et al., 2010).</p> <p>Ångesthjälpen Ung har anpassats för att passa</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>ungdomar i enlighet med arbete av Louise Hayes et al (2012 & 2015). Hänsyn har tagits till målgruppens ålder och mognad, och innehållet har anpassats med avseende på språklig nivå, konkretisering av teoretiska koncept, kliniska exempel och övergripande struktur. Innehållet inkluderar även fler filmer och animationer som är anpassade för målgruppen.</p> <p>A-Tjak J, G, L, Davis M, L, Morina N, Powers M, B, Smits J, A, J, Emmelkamp P, M, G (2015). A Meta-Analysis of the Efficacy of Acceptance and Commitment Therapy for Clinically Relevant Mental and Physical Health Problems. <i>Psychother Psychosom</i>; 84:30-36</p> <p>Ciarrochi, J., Hayes, L. & Bailey, A. (2012). <i>Get out of your mind & into your life for teens</i>.</p> <p>Eifert, Forsyth & Hayes (2005). <i>Acceptance and Commitment Therapy for Anxiety Disorders: A Practitioner's Treatment Guide to Using Mindfulness, Acceptance, and Values-Based Behavior Change Strategies</i>.</p> <p>Hayes, L. & Chiarrochi, J. (2015). <i>The thriving adolescent. Using ACT and positive psychology to help teens manage emotions, achieve goals, and build connection..</i></p> <p>Hayes, Strosahl & Wilson (2011). <i>Acceptance and commitment therapy</i>.</p> <p>Reynolds, S., Wilson, C., Austin, J. & Hooper, L. (2012). Effects of psychotherapy for anxiety in children and adolescents: a Meta-analytic review. <i>Clinical Psychology Review</i>. Jun: 31 (4): 241-62.</p> <p>Titov, N., Andrews, G., Johnston, L., Robinson, E., & Spence, J. (2010). Transdiagnostic Internet treatment for anxiety disorders: A randomized controlled trial. <i>Behaviour Research and Therapy</i>, 48 (9), 890–899.</p>
<p>Finns det en publicerad förlaga i bok eller manual?</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> Nej <input type="checkbox"/> Ja, specificera</p>

Är programmet anpassat efter ett normkritiskt perspektiv – är text, bilder, språk, eller annat utformat med hänsyn till variationer inom avsedd målgrupp?	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera:.....			
Är självrapporterade standardiserade frågeformulär/skattningsskalor för att följa patientens behandlingsprocess inlagda i programmet?	<input checked="" type="checkbox"/> Nej: varje verksamhet/landsting har sina egna formulär som kan variera mellan landsting och inom landsting (t ex primärvård och psykiatri). <input type="checkbox"/> Ja, specificera (med eventuell referens, ange om copyright)			
Är andra formulär/uppföljningsmätt inlagda i programmet?	<input type="checkbox"/> Nej <input checked="" type="checkbox"/> Ja, specificera: löpande kliniska skattningar av mående ingår i programmet, samt skattning av hemuppgifter/övningar. Se nedan: Ångest/oro Livskvalitet Värderingar (riktad handling) Arbete med hemuppgifter			
Ange antal ord i fast text:	21200 (inklusive rubriker, exempel på övningssvar, m.m.)			
Totalt antal minuter video:	36 min video + 12 min ljudövningar			
Förväntad behandlingstid i veckor:	10			
Totalt antal behandlingsavsnitt i programmet:	8			
Antal obligatoriska behandlingsavsnitt:	8			
Antal valbara behandlingsavsnitt:	0			
Kan ordningsföljd av avsnitt eller annat anpassas efter patientens behov?	<input type="checkbox"/> Ja, till stor del <input checked="" type="checkbox"/> Ja, till viss del <input type="checkbox"/> Nej, i liten utsträckning			
Beskriv kort innehållet i varje behandlingsavsnitt/modul; syfte, arbetsblad, hemuppgifter:				
Modulnamn/nummer	Syfte	F/V (Förbestäm d=F, Valbar=V)	Övningar/ arbetsblad	Hemuppgifter
Modul 1 - Hur funkar ångest?	Skapa igenkänning och motivation Bygga trovärdigh	F	Få koll på din situation Planera din tid med Ångesthjälpen	Kartlägg din ångest

	et Vilja gå vidare till avsnitt 2			
Modul 2 - Det som är viktigt för dig	Lära sig tänka kring mål och värderingar ur ett ACT/KBT-perspektiv Titta närmare på de hinder som står i vägen för att uppnå mål och leva i värderad riktning Sätta mål för behandlingen, men mål som ska återbesökas och som troligen förändras.	F	Ljudövning: Tänk om all din ångest försvann Ljudövning: Festen Dina mål	Planera in något av dina kortsiktiga mål
Modul 3 - Varför hamnade du här?	Lära sig förstå sin egen ångest och göra situationsanalyser Bli medveten för att sedan kunna välja agerande! Börja	F	När upplever du krocken? Testa direkt Testa ditt ABC	Gör en ABC-koll under veckan (funktionell analys)

	agera mer utifrån värdering snarare än kortsiktig ångestlindring.			
Modul 4 - "Jag vågar inte men jag gör det ändå"	Börja exponera i små steg. Tillämpa acceptans utifrån ACT-perspektiv	F	Få koll på din kamp och dina undvikanden Rita din väg Skriv ner dina riktade handlingar	Gör en handling OCH ha ångest
Modul 5 - Tankezoom hjälper dig framåt	Språkandet: ha tankar och ändå göra annorlunda. Lära mottagaren att se tankeregler Defusion	F	Ljudövning: Citronen Zooma in en tanke Zooma ut från tankarna	Riktad handling (exponering) och tankezoom (defusion)
Modul 6 - Var här och nu	Introduktion till medveten närvaro. Börja träna på färdigheten Kunna benämna och låta upplevelser vara.	F	Ljudövning: Träna medveten närvaro Ljudövning: kontakt med nuet Ljudövning: Nyckeln till närvaro	Att vara här och nu
Modul 7 - Gå mot din sol	Börja agera i enlighet med värderad riktning + använd	F	Checka dina mål från modul 2 Ljudövning: Biosalongen Ljudövning: Expansionsövningen	Kollaget Handlingar i värderad riktning

	<p>verktygen. Slå ihop kunskapen om värderat handlande med situationsanalyser</p>			
<p>Modul 8 - Gör en plan för framtiden</p>	<p>Se vad jag gjort och vad jag behöver utmana mig med framåt. Veta vad jag ska göra om jag börjar må dåligt igen. Lägga fokus på värderad handling.</p>	F	<p>Skriv ner dina schackregler Min plan för framtiden</p>	

1.5. Kommunikationsformer

<p>Krav på teknisk plattform - via vilka typer av kommunikationssätt presenteras innehållet? (flerval)</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> Text <input checked="" type="checkbox"/> Animeringar <input checked="" type="checkbox"/> Interaktiv grafik <input checked="" type="checkbox"/> Bilder/figurer <input checked="" type="checkbox"/> Ljud <input checked="" type="checkbox"/> Video <input type="checkbox"/> 3-D- virtual reality <input checked="" type="checkbox"/> Formulärhantering</p>
<p>Krav på obligatoriska moment för att patienten ska kunna fullfölja behandlingen (flerval):</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> Arbetsblad <input type="checkbox"/> Påminnelser <input type="checkbox"/> Annat, specificera:.....</p>
<p>Återkoppling/stöd för att programmet ska fungera som avsett (enval):</p>	<p><input type="checkbox"/> Utan återkoppling <input type="checkbox"/> Standardiserad återkoppling (samma oavsett vad patienten svarar) <input type="checkbox"/> Personligt anpassad återkoppling</p>

	baserad på patientens svar (automatiserad) <input checked="" type="checkbox"/> Individualiserat behandlarstöd
Vilka möjligheter till kommunikation med patienten finns för att programmet ska fungera optimalt? (enval eller flerval):	<input type="checkbox"/> Saknas <input checked="" type="checkbox"/> Asynkron (epost, SMS, etc) <input checked="" type="checkbox"/> Synkron (video, chatt, telefon) <input checked="" type="checkbox"/> Kombinerad asynkron och synkron
Beskriv i fritext grundkrav på tvåvägskommunikation (frivilligt):	
Rekommenderad frekvens av återkoppling:	En gång per vecka
Behandlare kan följa vad patienten gör och kommentera detta (individuellt gränssnitt):	<input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej

2.1. Sammanfattning av underlag för vetenskapligt stöd

Leverantören kan bidra med att lista kända studier och rapporter om programmet. Granskningsgruppen kommer även att ta del av studier där sökning är gjord av oberoende part med angivet datum för sökning. Studierna kommer att granskas med mallar anpassade för att värdera specifika program, se bilaga 1 och 2.

Typ av studie	Antal studier	Referenser
RCT med aktiv kontrollgrupp		
RCT med uppmärksamhetskontroll		
RCT med väntelistkontroll		
Långtidsuppföljning		
Observationsstudie		
Annan typ av kvantitativ studie		
Kvalitativ studie av patientupplevelse		
Kvalitativ studie av behandlarupplevelser		
Hälsoekonomisk studie		
Studie av etiska aspekter		
Övrig dokumentation:		
Rapporter		
Studentuppsatser		
Annan dokumentation/		

annan litteratur med möjlig relevans		
Studier med närliggande program	1	Gmajnicki, K. (2013). Kan internetadministrerad KBT-behandling för vuxna visa effekt på ungdomar – en pilotstudie på behandlingsprogrammet Ångesthjälpen. Linköpings universitet, Institutionen för beteendevetenskap

3.1. Demoversion

Finns det möjlighet att demonstrera programmet i nationell plattform (Stöd och behandling)?	<input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej
Finns det möjlighet att demonstrera programmet i annan plattform?	<input type="checkbox"/> Ja <input checked="" type="checkbox"/> Nej
Finns det demoversion att tillgå?	<input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nej

BILAGA 1: MALL FÖR KVALITETSGRANSKNING AV KVANTITATIVA STUDIER

Författare År Program	Studie design	Deltagare	Effekt och säkerhet		Bortfall ² Följsamhet ³ Patient- tillfredställelse	Studie - kvalitet - relevans - kommentarer
			Efter- behandling (post)	Uppföljning (FU)		
	<u>Design</u> <u>1. Intervention</u> <u>Terapeutstöd</u> <u>Plattform</u> <u>2. Jämförelsegrupp</u> <u>Utfallsmått</u> Primärt: Sekundära:	<u>Inkluderade</u> Totalt: 1. 2. <u>Diagnos/metod</u> <u>Inklusionskriterier</u> <u>Exklusionskriterier</u> <u>Rekryteringssätt</u> <u>Karaktäristika</u> Kön Ålder Läkemedel	<u>Kärnsymtom</u> Effekt: <u>Kategoriska data:</u> Effekt: <u>Säkerhet¹:</u>		<u>Bortfall</u> Post: FU: <u>Följsamhet:</u> <u>Tillfredställelse:</u>	

¹ Säkerhet innefattar exv om patientens upplevelser av eventuella negativa effekter, eventuell försämring och säkerhetsrisker har monitorerats och rapporterats

² Bortfall definieras som antal patienter utan utvärdering efter avslut eller uppföljning/ antal inkluderade patienter

³ Följsamhet rapporteras vanligen som medelantal fullföljda moduler av maximalt antal moduler i programmet med spridningsmått

BILAGA 2: MALL FÖR KVALITETSGRANSKNING AV KVALITATIVA STUDIER

Författare År Program Ev. referens till ramstudie	Syfte ¹	Urval ² Kontext ³ Deltagare ⁴	Datainsamling Analysmetod	Resultat Överförbarhet	Studie - kvalitet - relevans - kommentarer
		<u>Urval</u> <u>Kontext</u> <u>Deltagare</u>		<u>Resultat</u> <u>Överförbarhet</u>	

¹ Ange problemformulering/frågeställning

² Urvalsförfarande och antal respondenter

³ Några exempel: primärvård, psykiatri, diabetesklinik

⁴ Kön (m/k), etnicitet, medelålder, åldersspann, rekryteringssätt, samsjuklighet mm.