



## Forskningspersonsinformation, 8–14 år

*En randomiserad kontrollerad pilotstudie av stegvis vård jämfört med stratifierad vård för barn och ungdomar med ångestsyndrom*

Vill du vara med i vår forskningsstudie för barn och ungdomar med ångest?

### Vad är det här?

Att vara orolig eller rädd kallas för ångest. Ångest är vanligt hos barn och ungdomar. Vanliga exempel på ångest är att vara rädd för att prata inför andra, att oroa sig över att dåliga saker ska hända, att känna stark ångest utan att man vet varför, att vara rädd för att vara ifrån sina föräldrar, och att vara rädd för särskilda saker, som djur och höjder. Många barn och ungdomar upplever att deras ångest stör hemma, i skolan, med kompisar och i andra situationer.

Hos Barn- och ungdomspsykiatri (Bup) finns det hjälp att få för ångest. Den vanligaste behandlingen heter kognitiv beteendeterapi (KBT). KBT går ut på att lära känna sina tankar, känslor och beteenden (vad vi gör) och hur de påverkar vårt mående. Vi är en grupp forskare inom Bup som har startat en ny forskningsstudie. I studien kommer vi testa två olika former av KBT: att träffa en behandlare på en mottagning och att få behandling via internet. Dessa två behandlingar kallar vi för IRL-KBT (IRL = In Real Life) och IKBT (internet-KBT). I studien vill vi lära oss hur vi bäst kan hjälpa barn och ungdomar med ångest. Studien är en så kallad pilotstudie, alltså en första undersökning om vad barn och ungdomar tycker om KBT-behandlingarna.

Om du väljer att vara med i studien kommer du och dina föräldrar att lottas (ungefär som när man singlar slant) till *Alternativ 1* eller *Alternativ 2*:

### Alternativ 1

Om du lottas till alternativ 1 kommer du att få behandling med IKBT, alltså via internet, under totalt 12 veckor. Du kommer då att få logga in på en hemsida där det finns texter, bilder, filmer och uppgifter att göra. På hemsidan kan du och dina föräldrar skriva till en behandlare för att bli peppade, få hjälp och stöd, och få svar på frågor som ni har. Behandlaren kommer att hjälpa dig att träna på uppgifter som vi hoppas ska göra att dina problem med ångest minskar.

Om vi forskare tänker att du behöver mer hjälp efter de första 12 veckorna (och du själv vill ha mer hjälp) kommer du att få prova den andra behandlingen:



IRL-KBT. Du kommer då att få träffa en behandlare IRL på Bup-mottagningen i Lund, en gång per vecka under totalt 12 veckor. Precis som innan kommer behandlaren att hjälpa dig att träna på uppgifter som vi hoppas ska göra att dina problem med ångest minskar.

## **Alternativ 2**

Om du i stället lottas till alternativ 2 kommer ett par *regler* att bestämma om du ska få prova 12 veckor av IKBT eller 12 veckor av IRL-KBT. Lite förenklat innebär dessa regler att om du har små problem med ångest kommer du att få prova IKBT. Har du i stället stora problem med ångest kommer du att få prova IRL-KBT.

Efter dessa första 12 veckor fungerar det sedan precis som med alternativ 1: Om vi forskare tänker att du behöver mer hjälp (och du själv vill ha mer hjälp), kommer du att få IRL-KBT vid Bup-mottagningen i Lund under 12 ytterligare veckor.

I både alternativ 1 och 2 kommer vi att fråga dig om du vill bli intervjuad om dina upplevelser av att få behandling. Intervjuerna gör vi för att förbättra behandlingarna.

## **Vilka får vara med?**

För att vara med i studien behöver du vara mellan 8 och 17 år gammal och ha problem med ångest. Först kommer du och dina föräldrar att intervjuas av en ångestexpert (till exempel en psykolog). Denna intervju kommer antingen att ske på Bup-mottagningen i Lund, eller via webbkamera (detta får du och dina föräldrar välja själva). Under intervjun kommer ni att få svara på många frågor. Ångestexperten kommer att berätta mer om vilka barn och ungdomar som har möjlighet att vara med i studien. Tillsammans med ångestexperten kommer ni att undersöka om KBT kan tänkas hjälpa dig och de problem du har med ångest. Om du, dina föräldrar och ångestexperten tillsammans kommer överens om att du ska vara med i studien, lottas du till *Alternativ 1* eller *Alternativ 2*, och sen börjar din behandling inom en vecka.

## **Det är helt frivilligt**

Att vara med i studien är helt frivilligt. Även om dina föräldrar vill att du ska vara med i studien har du rätt att tacka nej. Du kan när som helst säga till att du inte längre vill vara med i studien. Du och dina föräldrar behöver inte förklara varför. Ifall du eller dina föräldrar inte vill vara med i studien, men känner att ni vill ha tips på annan hjälp, då kan vi hjälpa er att tipsa om detta.

### **Det är säkert**

Det som du berättar när du intervjuas eller svarar på frågeformulär kommer vi att spara på ett säkert sätt så att ingen kommer veta att det är just du som har svarat.

### **Kostar det något?**

Nej, att vara med i den här studien är helt gratis.

### **Hur mycket tid kommer det att ta?**

Som mest kan du komma att få behandling 2 gånger, under 12 veckor varje gång. För att din behandling ska hjälpa behöver du jobba med den flera gånger i veckan. Räkna med att ta det tar ungefär 2 till 4 timmar varje vecka, oavsett om du får IRL-KBT eller IKBT.

Före och efter behandlingen kommer du och dina föräldrar att intervjuas på Bup-mottagningen i Lund eller via webbkamera. Den första intervjun tar ungefär 2 timmar, medan intervjuerna efter varje behandlingsomgång (2 stycken totalt) tar ungefär 1 timme vardera. Före, under och efter behandlingen kommer också du och dina föräldrar att få svara på frågeformulär via en mobiltelefon. Flest frågor är det att svara på före och efter behandlingen (20 till 40 minuter varje gång), men det finns också några frågor varje vecka under behandlingen (5 minuter varje gång). Vi ställer alla dessa frågor för att undersöka om behandlingarna har hjälpt dig.

### **Har du frågor?**

Det är viktigt att du känner att du har fått svar på alla dina frågor. Passa på och ställ dem till ångestexperten under den första intervjun eller hör av dig till vår studiekoordinator, psykolog Per Andrén (telefon 072-462 05 71 och e-post [per.andren@med.lu.se](mailto:per.andren@med.lu.se)).