

## Affektfokuserad gruppbehandling för unga vuxna med ångest och/eller depression

I det här dokumentet får du information om projektet och vad det innebär att delta.

### **Vad handlar forskningsprojektet om?**

Ångest och depression är vanliga psykiska problem hos unga vuxna. För att minska dessa problem behöver hjälpen öka och bli mer tillgänglig. Att utveckla fler behandlingsalternativ vid ångest och depression är en del av den utvecklingen.

Studien syftar till att pröva om affektfokuserad gruppbehandling kan vara ett behandlingsalternativ vid ångest och/eller depression. Därför vill vi undersöka om behandlingen kan minska ångest och depression genom att individen förstår vad den känner och kan uppleva och uttrycka känslor på ett sätt som är bra för en själv och för andra.

Forskningshuvudman för projektet är Skandinavians akademi för psykoterapiutveckling (Högskolan Sapu). Med forskningshuvudman menas den organisation som är ansvarig för projektet. Ansökan är godkänd av Etikprövningsmyndigheten, diarienummer för prövningen hos Etikprövningsmyndigheten är 2023-02901-01

### **Vem kan delta?**

- 18–25 år
- har problem med nedstämdhet eller oro
- har symtom på ångest och/eller depression (bedöms av psykoterapeut/psykoterapeutstuderande vid första mötet)
- kan tänka sig att gå i gruppbehandling

### **Hur går forskningsprojektet till?**

Först kommer du på ett besök till Sapus psykoterapimottagningen på Malmgårdsvägen 63 på Södermalm i Stockholm. Det är på den adressen som gruppterapin sedan kommer ges. Vid besöket informeras du om behandlingen och om forskningsstudien. Om du bestämmer dig för att du vill delta skriver du på en blankett om samtycke till deltagande. Därefter intervjuas du och besvarar några skattningsformulär för att se om du uppfyller kriterierna för att delta.

Uppfyller du kriterierna och är intresserad av att delta, bokar vi ett individuellt besök hos en behandlare som kommer berätta mer ingående för dig om innehållet i gruppbehandlingen. Vid det besöket kommer du få fylla i skattningsformulär om hur du mår och hur du fungerar i vardagen. En kort sammanfattning av detta besök kommer att antecknas i din patientjournal.

Under gruppbehandlingen, som pågår i tio veckor och spelas in på video, kommer du fortsätta att besvara skattningsformulär. Varje sessionslängd består av två 45-minuterspass med tio minuters paus emellan (totalt 100 minuter). Efter behandlingsperioden kommer du tillfrågas att delta i en intervju individuellt där du får frågor om och på vilket sätt behandlingen varit förändrande. En månad respektive sex månader efter avslutad behandling återsamlas de deltagare som gick i gruppbehandlingen för att se hur det går att använda sig av det man förstod om sig själv och om känslor. Vid dessa tillfällen kommer du återigen besvara skattningsformulären. Om du skulle försämrats i ditt mående under studiens gång kommer ansvariga forskare se till att du remitteras till annan vård.

### **Hur mycket tid tar det att delta?**

- Första intervjun tar cirka 45 minuter.
- Det individuella besöket hos behandlare cirka 45 minuter.
- Gruppbehandlingen 100 minuter under 10 veckor och cirka 15 minuter per behandlingstillfälle för att besvara enkäter.
- Individuell intervju efter behandlingens avslut 30-60 minuter.
- Återsamlingen en månad och sex månader efter behandlingens slut 90 minuter var samt cirka 15 minuter för att besvara enkäter.

### **Finns det risker med att delta?**

En av fördelarna med gruppbehandling är att du kommer träffa andra i samma ålder och i liknande situation som du själv. Tidigare erfarenhet av gruppbehandling visar att det är hjälpsamt i sig.

Gruppbehandlingen förutsätter att du delar med dig av hur du mår och känner vilket kan vara svårt. Även i skattningsskalorna kommer du behöva svara på hur du mår och hur livet fungerar. Sessionerna spelas in på video för att säkerställa att behandlarna följer manualen för affektfokuserad behandling i grupp samt för att i forskningssyfte kunna följa behandlingsprocessen. Materialet kommer inte vara tillgänglig för någon annan än forskningspersoner som förbinder sig att hålla tystnadsplikt.

Både att svara på formulär samt att bli inspelad skulle kunna kännas integritetskränkande. Det är krävande att stanna upp vid det som känns svårt, arbeta med sig själv och prata med andra om det. De flesta tycker ändå att det är värt det då det på sikt kan leda till ett bättre mående och ökad livskvalitet.

### **Vad händer med mina uppgifter?**

De svar som du ger när du intervjuas och när du svarar på skattningsformulär kommer vi att spara på ett säkert sätt så att ingen obehörig kommer att kunna veta att det är just du som har svarat. Inga resultat kommer att presenteras så att det går att se hur just du har svarat.

Informationen som framkommer i samband med forskning kommer att läggas upp i ett dataregister. Informationen är avidentifierad på så sätt att en kod visar vilken deltagare som svarar på vilket sätt. Kodnyckeln sparas på en separat plats. Insamlandet av uppgifter görs enbart i forskningssyfte. Enligt EU:s dataskyddsförordning har du rätt att kostnadsfritt få ta del av de uppgifter om dig som hanteras i studien och vid behov få eventuella fel rättade. Om du vill ta del av uppgifterna ska du kontakta Högskolan Sapu via e-post: [info@sapu.se](mailto:info@sapu.se) eller telefon: 08-642 10 24.

Tidigast tio år efter att vi presenterat våra forskningsresultat i en vetenskaplig tidskrift kommer kodnyckeln att förstöras. Därefter är det inte längre möjligt att lämna ut något registerutdrag. Ingen förutom forskarna som ingår i projektet kommer att kunna se era personuppgifter.

Om du är missnöjd med hur dina personuppgifter behandlas har du rätt att ge in klagomål till Integritetsskyddsmyndigheten, som är tillsynsmyndighet. Läs mer på myndigheten hemsida: [www.imy.se](http://www.imy.se). Mejla: [imy@imy.se](mailto:imy@imy.se) eller ring: 08-657 61 00.

### **Hur får jag info om studiens resultat?**

Information om studiens resultat kommer publiceras i forskningstidskrift. Vi kommer även skriva en populärvetenskaplig sammanfattning av resultatet som du får njöjlighet att läsa om du önskar. Välkommen att höra av dig till forskningsansvarig My Frankl på mejl: [my.frank@sapu.se](mailto:my.frank@sapu.se) eller tel.: 0707-15 77 26.

**Kostar det något?**

Att delta i forskningsprojektet och gruppbehandlingen är helt kostnadsfritt.

**Deltagandet är frivilligt**

Att vara med i forskningsstudien är helt frivilligt och du kan avbryta när som helst. Om du avbryter så vill vi gärna veta varför och om vi hade kunnat underlätta ditt deltagande på något sätt. Men du behöver inte svara på dessa frågor om du inte vill. Väljer du att avbryta ditt deltagande i studien kommer inga fler uppgifter att samlas in men vi har rätt att behålla de uppgifter som redan samlats in. Dina möjligheter att få en annan behandling på Sapus psykoterapimottagning eller hjälp inom vården påverkas inte om du avbryter studien.

**Ansvariga för projektet**

Ansvarig för projektet är My Frankl som du kan nå via mejl: [my.frankl@sapu.se](mailto:my.frankl@sapu.se) eller tel: 0707-15 77 26. Du kan även höra av dig till forskningskoordinator Anna Höglund via mejl: [anna.hoglund@sapu.se](mailto:anna.hoglund@sapu.se) eller tel: 073-731 70 42.