

Etapa 2

Raport științific și tehnic

privind implementarea proiectului *UN NOU PROGRAM TRANSDIAGNOSTIC DE INTERVENȚIE PENTRU REDUCEREA TULBURĂRILOR ANXIOASE SI AFECTIVE LIVRAT ONLINE* (iTAD) în perioada Ianuarie – Decembrie 2015

Codul proiectului: PN-II-PT-PCCA-2013-4-1820

Numar contract 331/01.09.2014

Scopul principal al acestui proiect este dezvoltarea unui serviciu inovator de sănătate mintală, prin propunerea și testarea eficacității și eficienței unui **nou program de intervenție transdiagnostică pentru tulburările afective și anxioase**. Intervențiile transdiagnostice reprezintă un domeniu relativ nou de cercetare, cu un potențial ridicat de diseminare a programelor de intervenție validate științific. Aceste programe transdiagnostice se focalizează pe factorii de ordin superior, cum ar fi afectivitatea negativă și strategiile disfuncționale de reglare emoțională, folosind tehnicile de intervenție comune în cazul anxietății și depresiei.

Deoarece intervențiile livrate pe Internet reprezintă o modalitate eficientă de diseminare a programelor validate științific, am decis ca noul nostru program transdiagnostic să fie livrat on-line. Unicitatea prezentei propuneri este conferită de prezentarea on-line a intervenției și de integrarea unei aplicații pentru smartphone. Dezvoltarea unei **platforme integrate de psihoterapie** reprezintă un progres important, în special în ceea ce privește extinderea utilizării tehnologiei pentru promovarea serviciilor de sănătate mintală.

Principalele caracteristici inovatoare ale prezentului proiect sunt reprezentate de: a) dezvoltarea unui nou program transdiagnostic pentru tulburările anxioase și afective ; b) estimarea eficacității și a raportului cost-eficiență pentru programul transdiagnostic de intervenție. În acest context, tehnologia informației reprezintă un sistem-suport extrem de valoros pentru extinderea accesului la serviciile de sănătate mintală, inovațiile tehnologice de ultimă oră reprezentând un scop secundar în cadrul prezentului proiect.

Planul general de lucru al proiectului a fost împărțit în trei secvențe temporale principale: 1) *dezvoltări inițiale* (incluzând versiunea finală a manualului de intervenție de tip transdiagnostic și platforma online), 2) *testarea eficacității* (incluzând livrarea online a intervenției transdiagnostice sub forma unui studiu clinic controlat, evaluarea efectelor pe termen lung, livrarea tratamentului pentru grupul de control) și 3) *diseminarea* (incluzând organizarea unei conferințe de presă, pregătirea manuscriselor, participarea la conferințe și simpozioane, instruirea specialiștilor în sănătate mintală).

Având în vedere faptul că am primit doar 35% din bugetul alocat inițial pentru anul 2015, în această perioadă ne-am concentrat activitatea pe prima și a treia secvență temporară – respectiv pe dezvoltările inițiale și pe activitățile de diseminare a rezultatelor proiectului, în special în mediul științific. Motivul principal al acestei strategii a fost faptul că cea de-a doua secvență temporală – respectiv testarea eficacității intervenției de tip transdiagnostic – necesită pentru a fi implementată finalizarea platformei online și o serie de resurse materiale și umane care nu au fost disponibile în acest an.

În vederea atingerii obiectivelor proiectului am desfășurat mai multe activități, dintre care enumerăm următoarele: finalizarea analizei sistematice a literaturii de specialitate cu privire la impactul perfecționismului în anxietate și depresie (CO), finalizarea documentării de specialitate în vederea elaborării tuturor module de tratament (CO), elaborarea propriuzisă a unui manual de tratament de tip transdiagnostic care să includă perfecționismul și ruminările (CO), colectarea de date pentru validarea unor instrumente de evaluare a perfecționismului și depresiei (CO), scrierea și publicarea a trei articole științifice pe tema proiectului (CO), și dezvoltarea platformei online de psihoterapie care reprezintă principala responsabilitate a partenerului industrial (P1).

Rezultatele etapei 2

Obiectivele propuse și gradul lor de realizare

Primul obiectiv major al proiectului (O1 - Dezvoltarea și validarea unei noi intervenții transdiagnostice pentru tulburările anxioase și afective, care va aborda alți doi factori de ordin superior: ruminăția și perfecționismul) este compus din mai multe obiective intermediare. În continuare prezentăm aceste obiective intermediare împreună cu gradul lor de realizare.

O1.a. Analiza critică a literaturii de specialitate cu privire la impactul perfecționismului în cadrul tulburărilor anxioase și afective (grad de realizare = 100%)

În anul 2015 membrii echipei de cercetare de la Universitatea de Vest din Timișoara (UVT) s-au familiarizat cu cele mai relevante rezultatele ale studiilor care investighează relația dintre perfecționism și tulburările afective și anxioase de pe Axa I din DSM. În urma parcurgerii acestor articole a fost dezvoltat un modul de intervenție a cărui scop este reducerea impactului negativ al perfecționismului și ruminățiilor. Mentionăm faptul că acest modul a fost finalizat și face parte din programul de tratament de tip transdiagnostic care va fi implementat în anul următor (2016).

O1.b. Elaborarea versiunii finale a manualului transdiagnostic de tratament, bazată pe analiza critică a literaturii de specialitate; (grad de realizare = 100%)

O etapă intermediară absolut necesară pentru atingerea acestui obiectiv major al proiectului este documentarea de specialitate. La începutul anului 2015 directorul de proiect a avut posibilitatea să petreacă 6 săptămâni la Boston University (SUA) pentru a se familiariza cu modul în care sunt utilizate strategiile de intervenție de tip transdiagnostic. Mai precis, în această perioadă directorul de proiect a participat la activitățile științifice coordonate de prof. David Barlow, a făcut parte din grupul de supervizare al clinicii universitare *Center for Anxiety and Related Disorders (CARD)*, a început să lucreze la elaborarea manualului de tratament de tip transdiagnostic inspirându-se din strategiile folosite la Boston University (Barlow et al., 2011) și, în colaborare cu colegii din SUA (David Barlow, PhD; Todd Farchione, PhD și Shannon Sauer-Zavala, PhD) a elaborat mai multe designuri de cercetare pentru studiile care urmează să fie implementate în cadrul proiectului din România.

Dupa parcurgerea etapei de documentare descrisa anterior, membrii echipei de cercetare de la Universitatea de Vest din Timișoara (UVT) au dezvoltat intregul manual de tratament de tip transdiagnostic pornind de la principiile prezentate in literatura de specialitate, cu accent pe modelul transdiagnostic elaborat de David Barlow. Astfel, au fost redactate 11 module de interventie adaptate pentru mediul online, care vor constitui baza conceptuala pentru implementarea studiului clinic controlat. Fiecare modul de interventie a fost elaborat tematic, asemenea unui capitol dintr-o carte. Modulele contin o parte teoretica – in care sunt prezentate principalele concepte si relatia dintre acestea, impreuna cu cateva ilustratii relevante – si o parte aplicativa – in care participantii sunt ghidati sa aplice in practica conceptele invatate. Aceasta parte aplicativa a tratamentului reprezinta ingredientul activ care, credem noi, este vehicolul principal prin intermediul caruia se ajunge la remiterea simptomelor de intensitate clinica. Partea aplicativa contine o serie de formulare care vor putea fi completate online de catre participanti, raspunsurile fiind stocate pe un server securizat (care functioneaza pe aceleasi principii ca si site-urile de internet banking). La final, fiecare modul are si un set de 4-5 intrebari menite sa evalueze acuratetea cu care participantii au inteles principalele concepte prezentate in cadrul modulului.

In ce priveste livrarea acestui program de tratament de tip transdiagnostic, intentia noastra este sa acordam participantilor cate o saptamana pentru parcurgerea fiecarui modul si a aplicatiilor aferente.

Momentan, intregul manual de tratament compus din cele 11 module este disponibil pe pagina de web a proiectului, la sectiunea **Rezultate 2015, Manualul transdiagnostic de tratament** (parola **XXXXXXXX**). Intrucat nu am procedat inca la testarea eficacitatii acestei interventii in cadrul stidiului clinic controlat, consideram prematura publicarea integrala a manualului de tratament pe pagina web a proiectului la acest moment.

Cel de-al doilea **obiectiv major** al proiectului vizează dezvoltarea unei platforme integrate de psihoterapie cu două module distincte, dar interdependente, concepute pentru a facilita evaluarea și intervenția on-line (grad de realizare = 40%)

În decursul anului 2015, platforma online a fost îmbunătățită cu mai multe funcționalități. Arhitectura bazei de date și designul pentru interfața de administrare au fost finalizate.

Tabele care intră în componența bazei de date au fost create și optimizate astfel încât să stocheze informația într-o formă cât mai simplă. Acest lucru oferă o viteză sporită comunicării dintre interfața și baza de date. Informațiile sunt stocate în siguranță, comunicarea dintre vizitator sau administrator făcându-se într-un mediu securizat și criptat. La fel, informațiile despre utilizatori și istoricul activității lor pe platformă este stocat astfel încât să protejeze identitatea și datele personale ale vizitatorilor.

Designul platformei de administrare este realizat în proporție de 100% el fiind modificat și adaptat în funcție de modulele noi care urmează să fie adăugate. Este realizat în conformitate cu ultimele tehnologii și standardizat astfel încât să fie funcțional de pe orice sistem de operare sau device (smartphone, tabletă, laptop sau PC).

Module finalizate:

- 1) Modulul de administrare participanți la studii. Acest modul permite administratorilor adăugarea, editarea sau ștergerea unui participant la studiu. Toți participanții sunt identificați pe baza unui ID unic care face legătura cu modulele de raportare și urmărirea progresului pentru procesul de terapie.
- 2) Modulul de formulare, a fost îmbunătățit atât la nivel de funcționalități cât și la nivel de interacțiune cu administratorul, oferind o flexibilitate ridicată și o personalizare detaliată.
- 3) Modulul de permisiuni utilizatori, care oferă administratorului posibilitatea de a seta permisiuni specifice pentru fiecare utilizator sau grup de utilizatori, astfel încât aceștia să poată accesa doar anumite secțiuni ale proiectului sau să efectueze operațiuni prestabilite. Acest modul este utilizat atât pentru

participanii la studii cat si pentru administratorii care analizeaza sau vizualizeaza date si nu au nevoie de acces la sectiunile de configurare ale platformei.

- 4) Modulul de profil utilizator (grad de finalizare 70%) care aduna si gestioneaza toate informatiile si setarile unui utilizator. Acest modul este folosit pentru participatii la studii.

Specialiștii din echipa IT au actualizat pagina de web în care sunt prezentate rezultatele proiectului (vezi <http://www.e-cbt.info>). In ansamblu, structura acestei pagini web este scalabilă și modulară astfel încât eventuale modificări și actualizări de date să se facă cu mare ușurință. Asamblarea și dezvoltarea produsului final au fost realizate folosind limbajele de programare HTML/CSS/jQuery/JavaScript. În acest moment pagina de web a proiectului este vizibilă pe toate dispozitivele (mobile și desktop) și funcționează în parametrii optimi pe majoritatea browserelor web.

Pe paginile publice ale proiectului sunt prezentate atat rezultatele obtinute in prima etapa (anul 2014) cat si cele obtinute in cea de-a doua etapa (anul 2015). De asemenea, am inclus si textul integral al unuia dintre articolele de cercetare care a fost deja publicat si care il are ca autor pe directorul proiectului.

In sfarsit, cel de-al **patrulea obiectiv** se refera la diseminarea rezultatelor proiectului în reviste științifice (grad de realizare = 35%)

In anul 2015 am lucrat la adaptarea unor instrumente de evaluare a perfectionismului si depresiei care vor fi necesare in studiile ulterioare. Astfel, eforturile noastre s-au concentrat in jurul a doua instrumente de evaluare a perfectionismului: *Scala Aproape Perfect – Revizuita* (Slaney, Rice, Mobley, Trippi, & Ashby, 2001), *Scala Multidimensionala a Perfectionismului* elaborate de Frost (Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990) si a unui instrument de evaluare a depresiei *Inventarul rapid al simptomatologiei depresive* (Rush et al. 1986, 1996). In urma analizei datelor culese cu

ajutorul uneia dintre aceste chestionare (*Scala Multidimensională a Perfectionismului* elaborată de Frost) am redactat și un raport de cercetare sub forma de articol științific care a fost acceptat spre publicare în cadrul conferinței internaționale Psiworld 2015 (**vezi dovada de acceptare Psiworld**). Datele culese cu ajutorul celui alt instrument de evaluare a perfectionismului (*Scala Aproape Perfect – Revizuită*) vor fi fructificate în anul 2016. În sfârșit, în anul 2015 am trimis spre publicare un alt articol pornind de la investigațiile efectuate cu ajutorul *Inventarul rapid al simptomatologiei depresive* (QIDS) (Rush et al. 1986, 1996). Acest articol a fost acceptat spre publicare în cadrul revistei *Romanian Journal of Applied Psychology* (**vezi dovada de acceptare RJAP**).

Livrabilele etapei 2

1) Un manual de tratament transdiagnostic pentru tulburările anxioase și afective care abordează alți doi factori de ordin superior: ruminația și perfecționismul. Manualul trebuie să aibă cel puțin 10 module (grad de realizare = 100%)

2) Un articol acceptat spre publicare ca ISI Proceedings. Articolul prezintă aspectele psihometrice ale *Scalei Multidimensională a Perfectionismului* elaborată de Frost și a fost prezentat la conferința Psiworld 2014 (grad de realizare = 100%)

Magurean, S., Salagean, N., & Tulbure, B. T. (in press). Factor structure and Psychometric properties of two short versions of Frost Multidimensional Perfectionism Scale in Romania *Procedia of Social and Behavioral Sciences*

3) Un articol acceptat spre publicare într-o revistă BDI. Articolul prezintă aspectele psihometrice ale *Inventarului rapid al simptomatologiei depresive* (grad de realizare = 100%)

Hackl, E., & **Tulbure, B. T.** (in press). The Quick Inventory of Depressive Symptomatology – the Self Report Romanian version *Romanian Journal of Applied Psychology*

4) O pagină web publică unde sunt actualizate rezultatele proiectului (<http://www.e-cbt.info>) (grad de realizare = 100%)

Bibliografie:

- Barlow, D. H., Ellard, K. K., Fairholme C. P., Farchione, T. J., Boisseau, C. L., Allen, L. B., & Ehrenreich-May, J. (2011). Unified protocol for transdiagnostic treatment of emotional disorders – Workbook, Oxford University Press, NY
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468. doi:10.1007/BF01172967.
- Rush, A. J., Gullion, C. M., Basco, M. R., Jarrett, R. B., & Trivedi, M. H. (1996). The inventory of depressive symptomatology (IDS): psychometric properties. *Psychological medicine*, 26(03), 477-486.
- Rush, A. J., Giles, D. E., Schlessner, M. A., Fulton, C. L., Weissenburger, J., & Burns, C. (1986). The inventory for depressive symptomatology (IDS): preliminary findings. *Psychiatryresearch*, 18(1), 65-87.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130–145.