



Therapieprogramm Robin

Standardisiertes Manual & Smartphone-App für Jugendliche mit
erhöhtem Risiko einer Psychose

Dr. Maurizia Frascini



Für welche Jugendlichen wurde das Programm entwickelt?

At Risk:

- **Heterogene Gruppe** (der Perzeption und Denkvorgänge)
- Attenuierte psychotische Symptome:
 - Beziehungsideen
 - Eigentümliche Vorstellungen
 - Paranoide Ideen
 - Grössenideen

 - Ungewöhnliche Wahrnehmungserlebnisse
 - Eigenartige Denk- und Sprechweise

Komorbiditäten

Hoher Leidensdruck!

Einbusse im Funktionsniveau

Early Onset Psychosen

Erste Herausforderung: Wie behandelt man diese heterogene Gruppe von Patienten?



Basierend auf CBT und ST

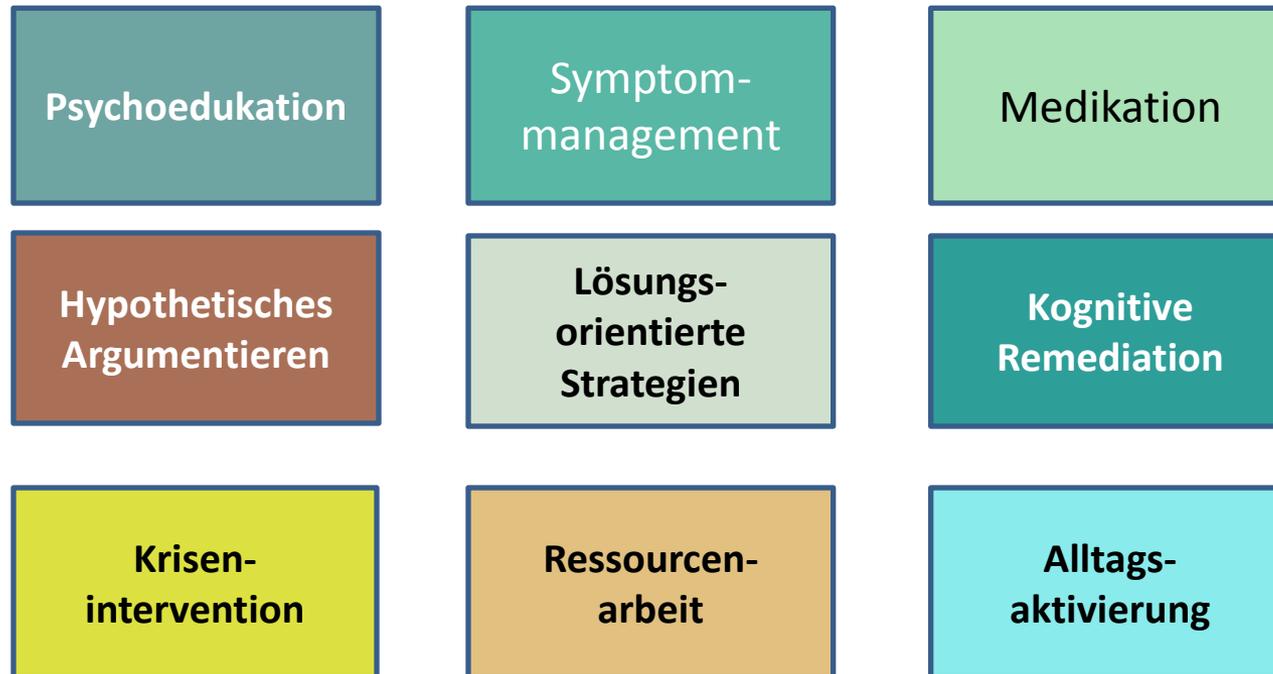
Modular und damit flexibel

An den Bedürfnissen der einzelnen
Jugendlichen orientiert

Enthält altersgerechte
Therapiematerialien

Ressourcenorientiert !!

Modular gebaut und deswegen flexibel



Vera, 16-jährig

Psychoedukation

Ressourcen-
arbeit

Erstes Lehrjahr in einer Bank, bis jetzt gute Leistungen, seit Kindheit ängstlich, Freund.

- Wahrnehmungsveränderungen in Form von Stimmenhören und Sehen von Schatten. Realitätbezug intakt.

Symptommanagement:
Umgang mit
Wahrnehmungs-
veränderungen

- Gefühl, verfolgt zu werden. Das Gefühl ist so stark, dass sie sich nicht mehr traut, alleine unterwegs zu sein.

Hypothetisches
Argumentieren

- Wiederkehrende suizidale Gedanken.

Krisen-
intervention

Jan, 15-jährig

Psychoedukation

Ressourcen-
arbeit

Medikation

- Sek B Schüler, ADHS mit MPH behandelt, Cannabiskonsum, anamnese
vermutlich Erkrankung aus dem schizophrenen Formenkreis.

- Seit einigen Monaten hat er sich sozial zurückgezogen, fühlt sich antriebslos,
berichtet Gefühl der Gleichgültigkeit

Alltags-
aktivierung

Lösungs-
orientierte
Strategien

- Er hat Mühe sich zu konzentrieren, seine schulischen Leistungen
haben deutlich abgenommen.

Kognitive
Remediation

- Er schläft sehr schlecht.

Symptommanagement:
Umgang mit
Schlafproblemen

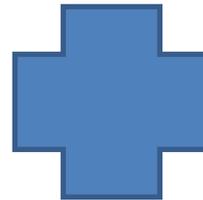
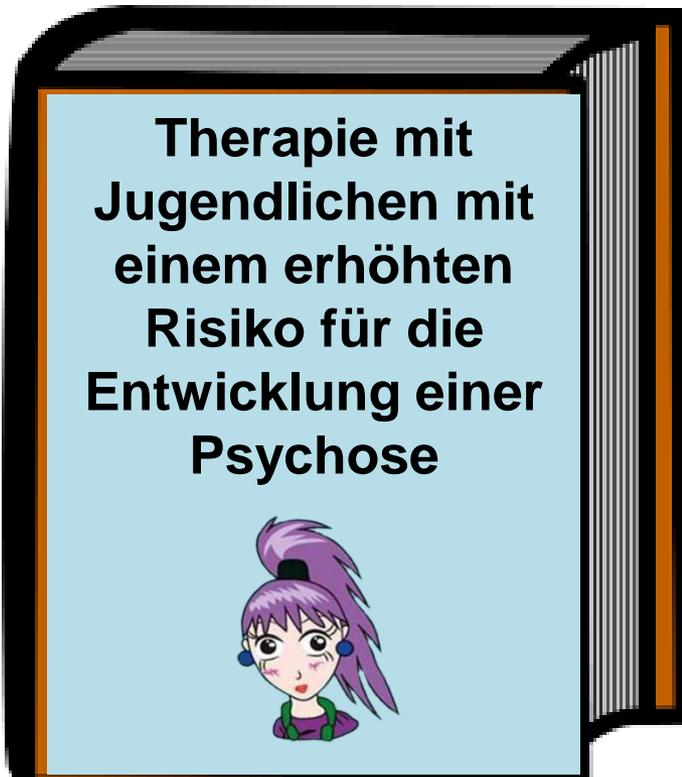
- Immer wieder hört er mehrere flüsternde Stimmen, kann aber nicht verstehen, was
sie sagen.

Symptommanagement:
Umgang mit Stimmenhören

Zweite therapeutische Herausforderung: Wie kann die Übertragung der Therapieinhalte in den Alltag gelingen?

Erfahrungsgemäss können folgende Schwierigkeiten auftreten:

- Umgang mit Symptomen: Skillslisten oft im Alltag nicht dabei.
- Symptomprotokolle: immer erst im letzten Moment ausgefüllt, oft zu Hause vergessen.
- Therapiehausaufgaben: nur teilweise gemacht, oft zur Hause vergessen.
- Krisensituationen: Krisenpläne dann oft nicht verfügbar.



DAS MANUAL

&

APP ROBIN

Wieso eine App?

- Smartphone als Medium für Jugendliche
- Gute Erfahrungen mit Pillen-App
- Smartphone immer und überall dabei
- Eingaben in Smartphone können überall gemacht werden, da wenig Stigma



Sind psychotische Patienten nicht zu paranoid für eine App?

- Analyse von Internet-Gebrauch Schizophrener Patienten (Schrack et al. 2010): **Internet wird rege genutzt von den Patienten**
- Psychotische Patienten besitzen Smartphones (Firth et al, 2018)
- Psychotische Patienten sind auf Facebook (Miller et al. 2015)
- Bedarfsanalyse bezüglich therapeutische Angebote via Handy bei psychotischen Patienten: **Klientel ist sehr an Interventionen via Handy interessiert** (Ben Zev, 2013)
- Insbesondere unter 25-jährige sind an Interventionen via Handy interessiert (Alvarez-Jimenez et al., 2014)

Was wissen wir über die Wirksamkeit von Apps in der Psychotherapie?

- Metaanalyse von 2015 über Apps in der Therapie von Psychosen: 5 Studien gefunden, **vor allem Zufriedenheit und Durchführbarkeit bestätigt**, weniger über Therapieeffekte, erste Ergebnisse sind aber vielversprechend (Firth & Torous, 2015)
- Obwohl jugendliche Patienten ein grosses Interesse an therapeutischen Smartphoneapps zeigen, **bisher kaum Angebot** vorhanden (Hind & Sibbald, 2015; Seko et al., 2014)
- Enhancing early psychosis treatment using smartphone technology: A longitudinal **feasibility and validity study** (Niendam et al. 2018). Studie, die Smartphone-Apps in Behandlung mit At Risk-Patienten untersucht
- Over promised, over-sold and underperforming? **critical article about e-health-interventions** in mental health ->e-mental-health can not replace any therapy (Wykes & Brown, 2016)
- The efficacy of app-supported smartphone interventions for mentalhealth problems: a meta-analysis of randomized controlled trials (Linardon et al, 2019) **evidence for efficacy, don't replace professional clinical services, cost effectiv & easiliy accessible**

EPA-Leitlinien für eMental Health Interventionen zur Behandlung von Psychosen

Empfehlungen aufgrund Literaturanalyse bisheriger Studien zu e-health Interventionen (Gaebel et al., 2016):

1. Web- und Smartphone-Applikationen sind durchführbar und akzeptabel für Personen mit psychotischen Erkrankungen
2. Erste Analysen zeigen, dass Smartphone-Interventionen erste Verbesserungen zeigen
3. Psychoedukation für Angehörige und Bezugspersonen via Internet oder Smartphone ist ebenfalls durchführbar
4. Wichtig ist, dass die **Interventionen durch eine geeignete Fachperson begleitet** werden
5. **Es braucht noch klare Standards**, ethische Richtlinien und juristische Empfehlungen

Schlussfolgerungen aus der Literaturrecherche für Robin

- Ganze Kontrolle über App beim Patienten
- Passwortschutz
- App offline verfügbar
- Einfaches Leseniveau
- Auffordernder Charakter, soll Spass machen
- Individuell gestaltbar
- Positive statt pathologisierende Konstrukte
- **Als Unterstützung für die Therapie, zwischen den Therapiesitzungen**

Unterstützung durch die App Robin

Sinnvollere
Protokollierung: **Echtzeit
Symptomerfassung**

Psychoedukation: Unter
Symptome finden sich
Informationen über
verschiedene Symptome
und deren Bewältigung



Tipps immer dabei:
bessere Unterstützung
im Umgang mit
Symptomen

Krisenplan
immer dabei

Erinnerung an
Medikamenteneinnahme

Tipps zur
Ressourcenaktivierung

Während der Sitzung...

Symptommanagement:

 Stimmen hören	 Andere Halluzination	 Derealisation	 Depression	 Reizbarkeit
 Depersonalisation	 Paranoia	 Konzentrationsprobleme	 Schlafprobleme	 Denkschwierigkeiten
 Angst	 Cannabiskonsum	 Manie	 Alkoholkonsum	 Eigene Symptome

Zwischen den Sitzungen: Symptommanagement



Symptommanagement



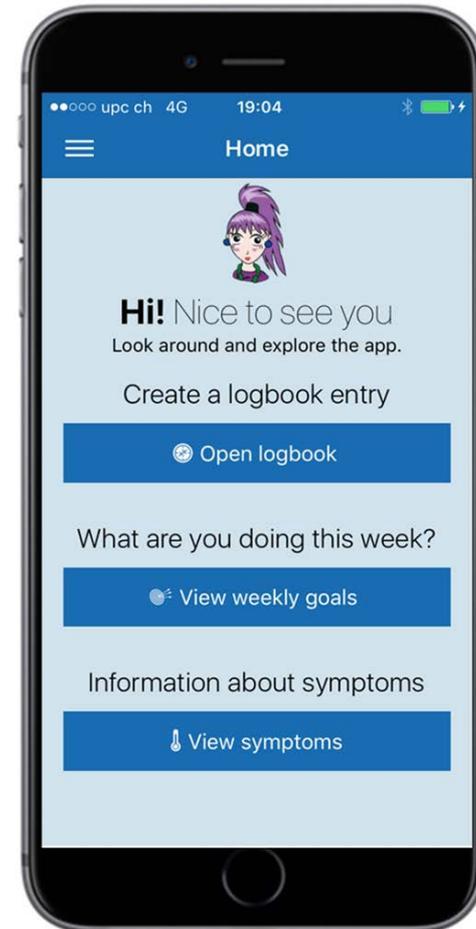
Symptommanagement



Zwischen den Sitzungen, Protokollierung der Symptome

	Morgen	Mittag	Abend	Nacht
Montag				
Dienstag				
Mittwoch				
Donnerstag				
Freitag				
Samstag				
Sonntag				

oder





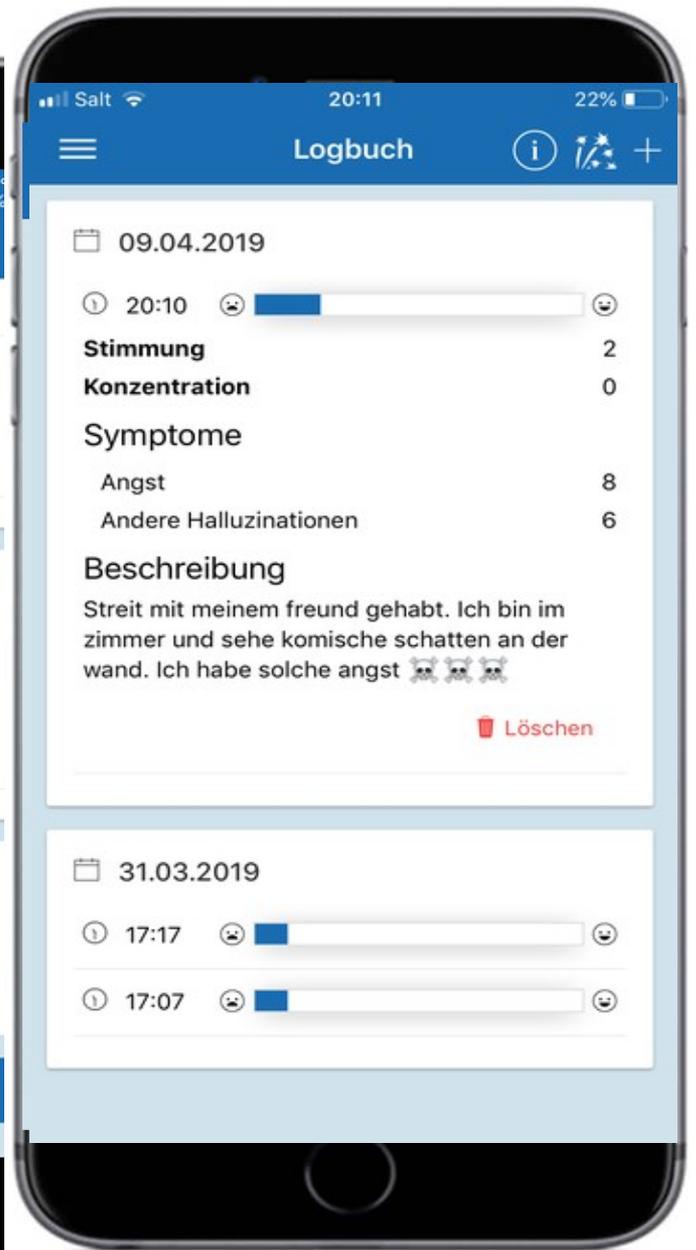
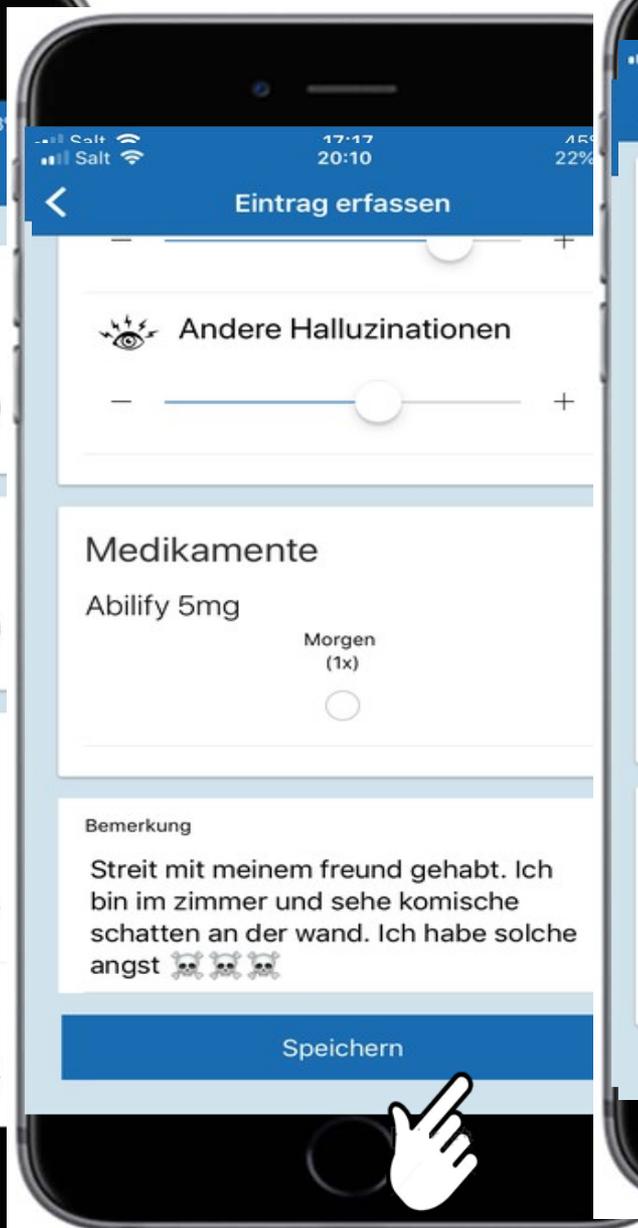
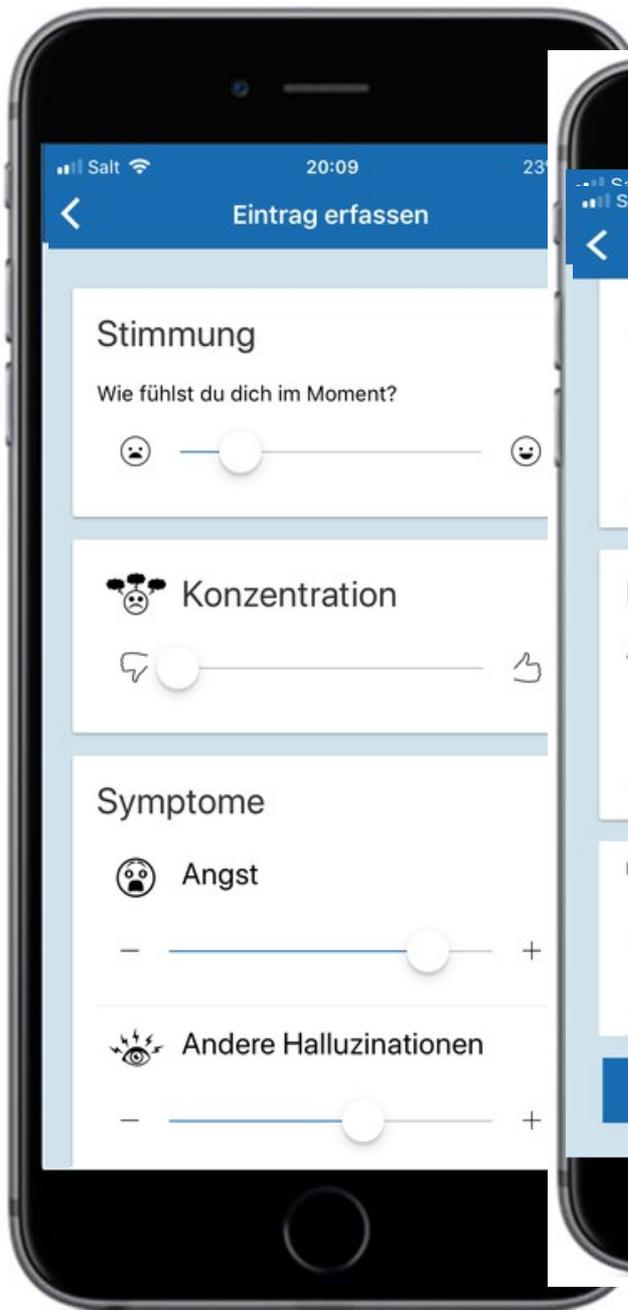
Logbuch



Im **Logbuch** protokolliert werden können

**Stimmung,
Ausprägungsgrad der Symptome,
Einnahme von Medikamenten,
besondere Ereignisse**

Die Patienten haben durch eine Erinnerungs-Funktion die Möglichkeit, an ihre Logbucheinträge erinnert zu werden.

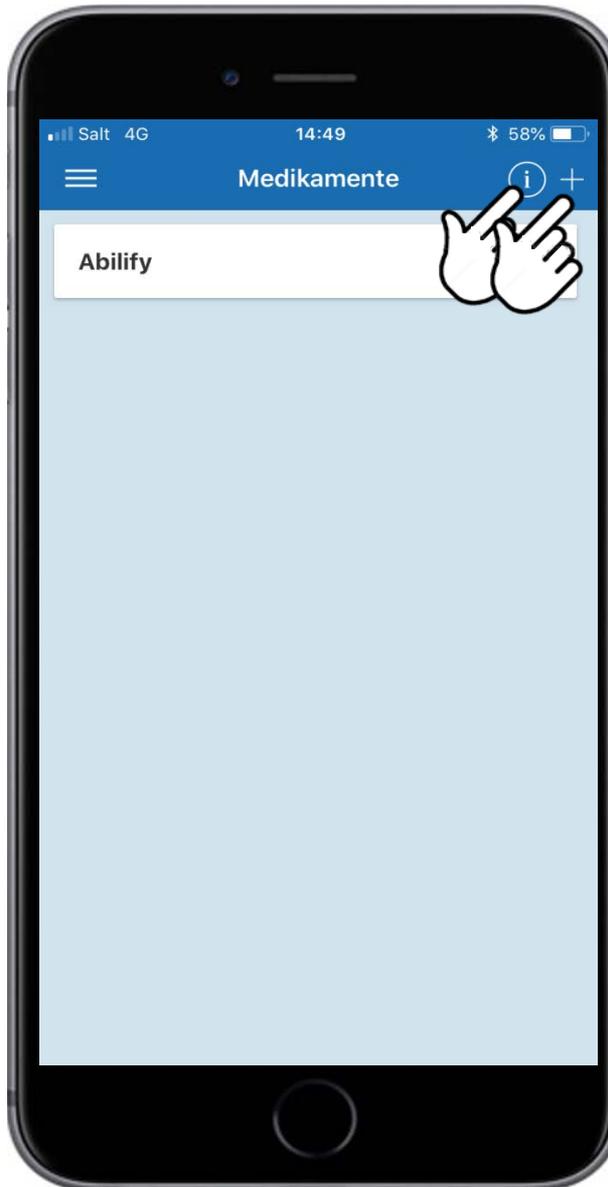
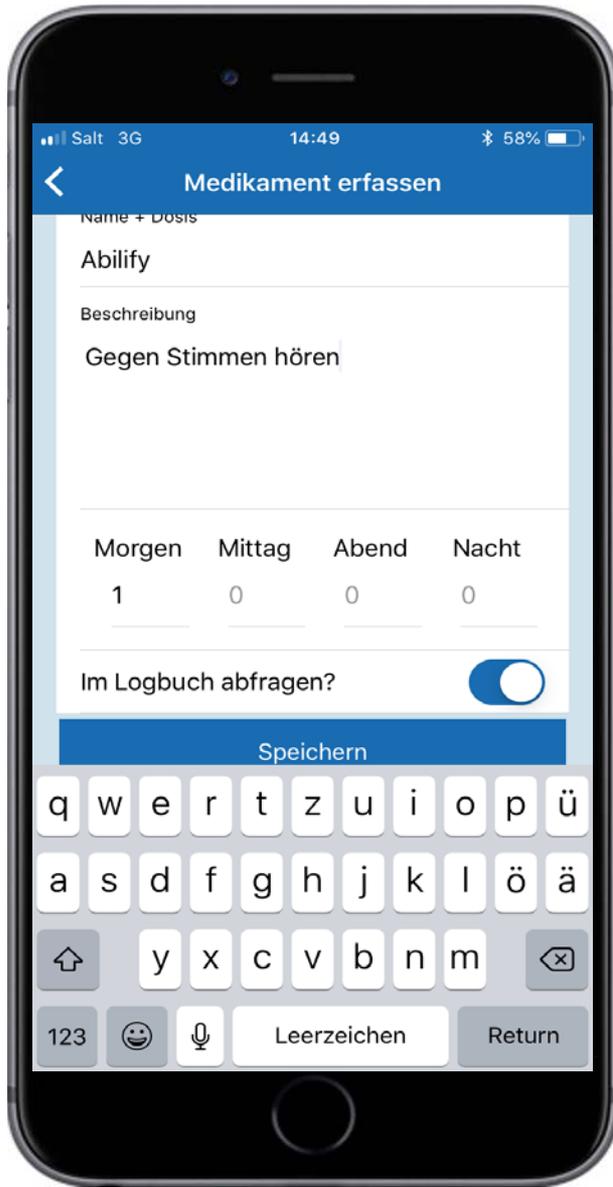




Medikation



In der Rubrik **Medikation** können die Dosierung und Medikamenten-Reminder eingetragen werden.
Weiter findet sich unter Info ein kurzer Informationstext zu den wichtigsten allgemeinen Punkten, die bei der Medikamenteneinnahme zu beachten sind.





Krisensituation

Krisenplan kann in der App hergestellt werden

Notfallkontakte können gespeichert werden, die jederzeit direkt von der App aus angewählt werden können.



Mein Krisenplan

- 1) Musik hören 🎧
- 2) Mit Kaninchen spielen 🐰
- 3) 📺 Disney Filme schauen

Kontakte

Notfallnummer KJPP

📞 0434992626 >



Krisen gibt es immer wieder, sie gehören zum Leben dazu. Wenn du das Gefühl hast, dass es dir so schlecht geht, dass du nicht mehr weiter weisst, versuche dich an den Krisenplan zu halten. Mache jede von dir ausgewählte Aktivität mindestens 15 Minuten lang.

Nicht nur symptomorientiert...

ressourcenorientiert

aktivierend

das Selbstbild stärken



Wochenziele

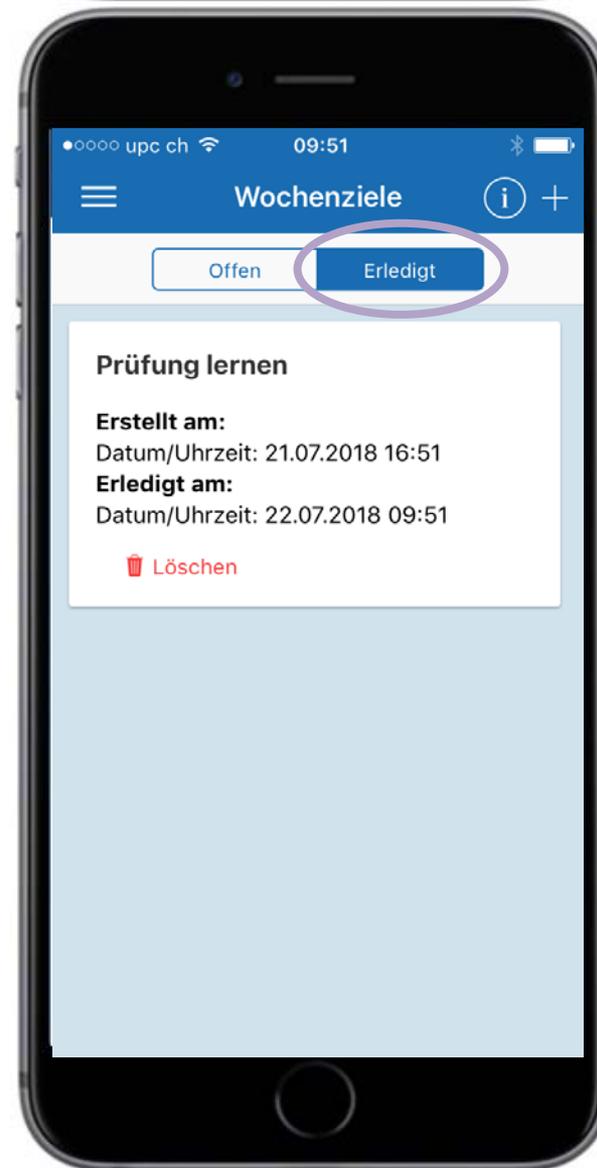
To-do-Liste mit kurz- und langfristigen Ziele,
über die innerhalb der App Protokoll geführt
werden kann.

Alltagsaktivierung
Erfolgslebnisse





Wochenziele





Bibliothek

Positive Verstärkung für die Alltagsbewältigung.

Stärkeliste, auf denen die Patienten Eigenschaften eintragen sollen, die sie an sich mögen.

Unter **Positive Erlebnisse** sollen täglich positive Ereignisse notieren.

Unter **Positive Aktivitäten** finden sich Listen mit Vorschlägen zu positiven Aktivitäten im Alltag. Förderung der Eigenaktivierung und Selbstwirksamkeit.





Simi: dass du immer für andere da bist!

Eva: deine Fröhlichkeit

Michi: du bist der liebste Mensch der Welt 🥰

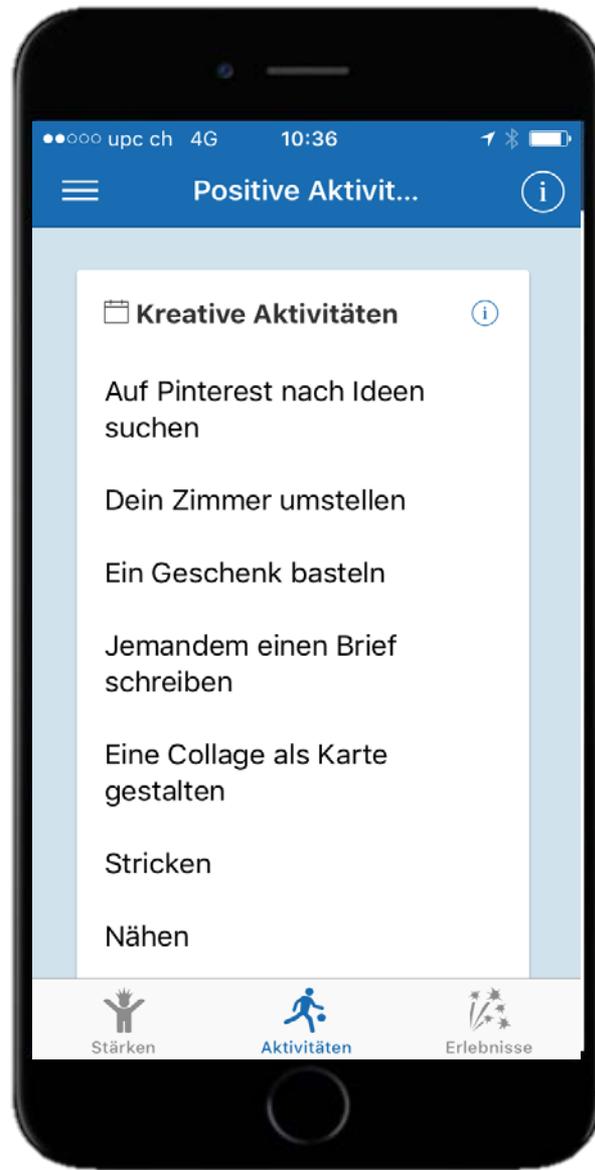
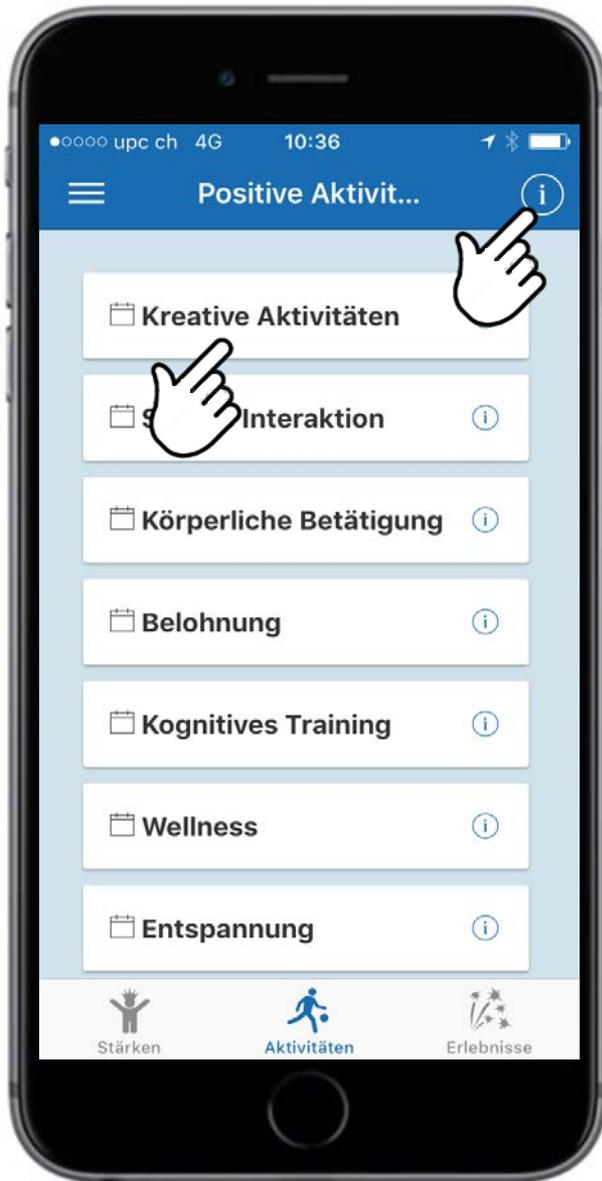
Tania: du hast tolle Haare

Ich finde gut an mir, dass ich andere zum Lachen bringe 😄

Sportlich 🏃

Tolerant

Freundlich





Pilot Test App Robin

Feedback Patienten

N= 15 (9 weiblich)

Alter: 14-18 Jahre, Ø 16.06

Rating from 1-6 ★ (maximum=6)	Mean	Range (min./max.)
Usability:	5.36	(4/6)
Logbuch	5.71	(5/6)
Information über Symptome :	5.54	(5/6)
Tipps gegen Symptomen	5.10	(4/6)
Medikation	4.75	(4/5)
Krisenplan	5.10	(5/6)
Wochenziele	4.70	(4/6)
Positive Aktivitäten	4.82	(4/6)
Stärken:	5.50	(5/6)
Positive Erlebnisse	5.33	(5/6)

Gesamturteil

«Wie findest du die App Robin insgesamt?»

5.33 (5/6) ★★☆☆☆☆



Alle Patienten geben an, dass sie die App Robin Freunden weiterempfehlen würden.

ETRo: Evaluation des Therapieprogrammes Robin

Interventionsgruppe
Therapieprogramm Robin
16 Sitzungen
N=30
Alter: 13-18 Jahre

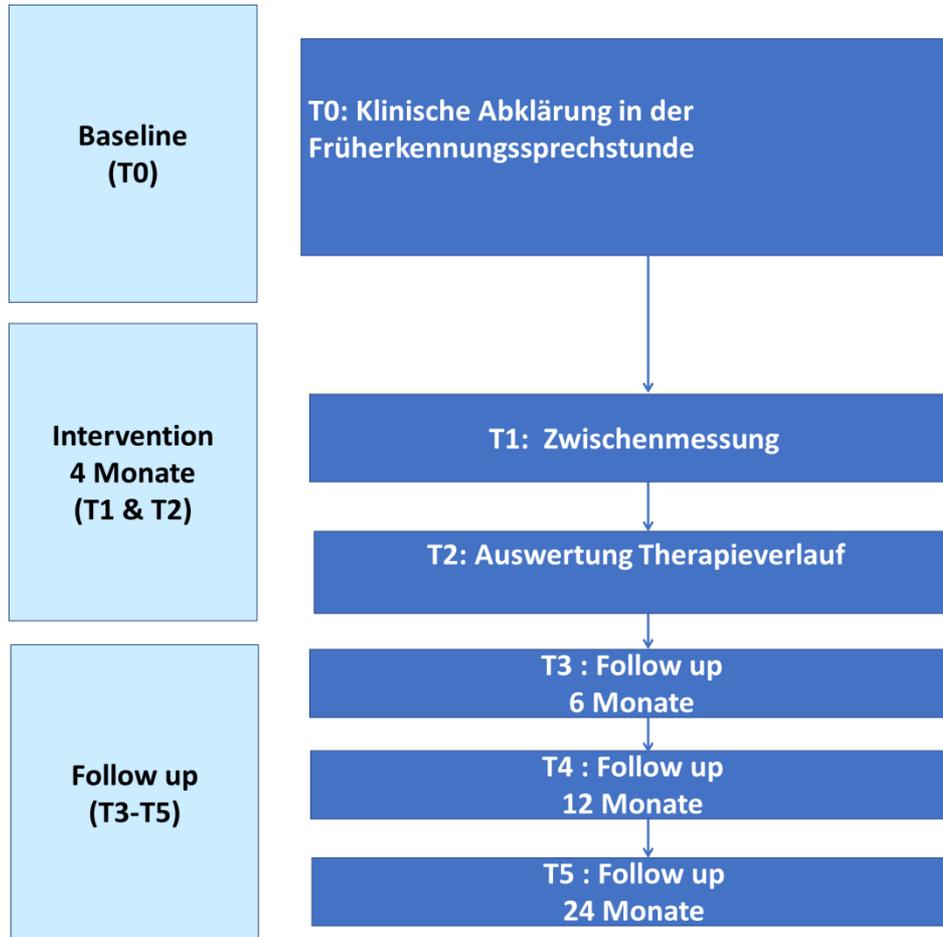
Kontrollgruppe
Treatment as usual
N=62, 25 weiblich
Alter: 13-18 Jahre, Ø 15.06

Ziele:

- ✓ Symptomreduktion
- ✓ Steigerung des Funktionsniveaus im Alltag
- ✓ Steigerung der Selbstwirksamkeit
- ✓ Steigerung der Lebensqualität
- ✓ Subjektive Zufriedenheit mit Therapie und App

N. Traber et al: **Evaluation of the combined treatment approach “Robin”(standardized manual and smartphone App) for adolescents at clinical high risk for psychosis**, *frontiers in psychiatry*, June 2019

Studiendesign



Messinstrumente:

- At Risk Symptome: SPI-CY, SIPS
- Komorbide Symptome: M.I.N.I. Kid
- Depression: HAMD
- Funktionsniveau: GAF , GF: Social, SOFAS
- Lebensqualität: MANSA
- Selbstwirksamkeit: SWE
- Zufriedenheit mit der Behandlung: FFB-J

Download Robin Z



Sprachen:

Deutsch

Französisch

Italienisch

Englisch

Mehr Informationen:

<https://www.robinz.uzh.ch>

Datenübertragungsprozess

Smartphone App
Robin



Der
Benutzer
sendet die
Daten

Der Therapeut erhält
verschlüsselte Daten per E-
Mail und importiert sie zur
weiteren Analyse in die
Desktop-Anwendung

Datenauswertung



Peter Müller
Export Date: 09.01.2019

- Dashboard
- Logbook Overview
- Patients
- Settings
- Help

User Information

Name: Peter Müller
Export Date: 09.01.2019

Strengths

12

View

Positive experiences

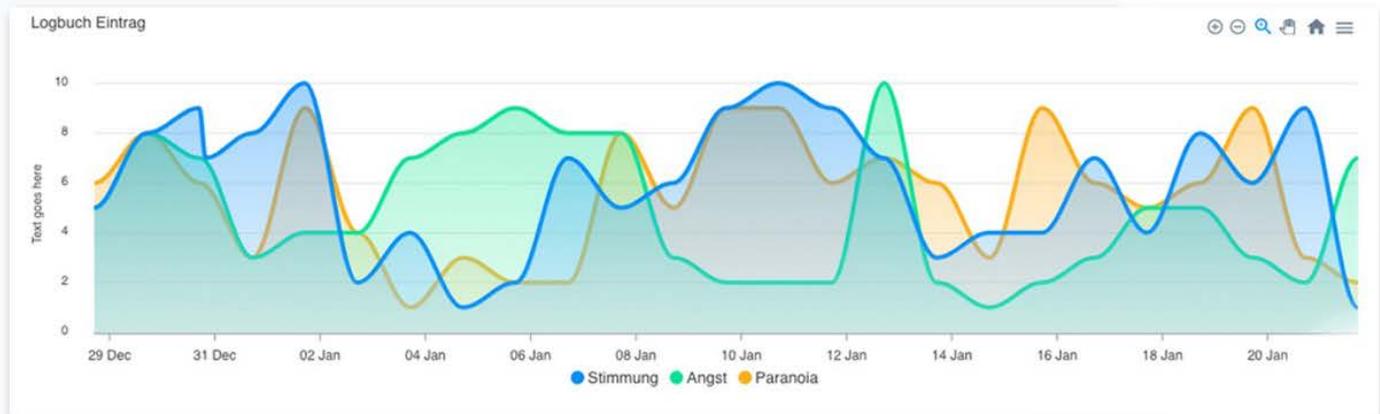
5

View

Weekly goals

3

View



Flexibel anwendbar, individuell gestaltbar

Nicht nur für Patienten, die eine At-Risk Symptomatik haben!

Team Robin Z

Entwicklung

Nina Traber-Walker
Maurizia Francini
Susanne Walitza



Programmierung

Andrea Cavalli

Nino Zumstein



Design



Pascal Tresch
Icon und Symbole



Mira Cavalli
Avatare

Übersetzung

Französisch



Estelle Barbary
Paris

Italienisch



Maurizia Francini
Tessin

Englisch

Marlena Ong
London

Ry Tweedie
Neuseeland

Nadja Studer
USA



Zusätzliche Unterstützung



Yolanda Führer

Tutorial App Robin:

<http://www.kjpd.uzh.ch/de/klinische-forschung/psychose/projects/robin-app.html>

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!**

**...und vielen Dank den
Jugendlichen und Therapeuten,
die für die Pilotphase zur
Verfügung standen 😊**

