

Verksamhetsberättelse 2022-2023 för DBT Sverige Intresseförening för Dialektisk beteendeterapi.

Medlemsfakta

Antal betalande medlemmar under räkenskapsåret 2022-07-01—2023-06-30: 281 personer, varav 5 studerande. Medlemsavgiften är 300 kronor/år för ordinarie medlemmar och 100 kronor/år för studenter.

Styrelse

Ordförande: Anna Lindström

Kassör och medlemssekreterare: Carolina Wihrén Andersson

Webbredaktör: Petra Hattar

Övriga ledarmötet i bokstavsordning: Karin Eriksson, Anna Liljestrand, Marianne Lundahl, Karin Perry

Suppleanter: Charlotte Forshammar Geisler, Rebecka Ringström

Revisor: Karin Ovefelt

Revisorssuppleant: Åsa Spännargård

Valberedning: Niclas Andersson, Elisabeth Bolk, Anna Demetriades

Styrelsens möten

Styrelsen har haft nio styrelsemöten: 2022-10-27 (konstituerande styrelsemöte), 2022-11-22, 2023-01-17, 2023-03-05, 2023-04-18, 2023-05-30, 2023-07-04, 2023-08-31, 2023-09-25.

Styrelsen har även genomfört en arbetshelg. Den ägde rum 2023-03-04—2023-03-05.

Arbetsgruppernas arbete

Webbgruppen. Sammanställande är Petra Hattar, webbredaktör. Föreningens webbsupport är Johan Linder, Jolico AB. Liksom tidigare år har information om föreningen, nyheter om DBT, aktuell forskning och inbjudningar till kvällsföreläsningar och utbildningar publicerats på hemsidan. Föreningen har en mejllista som är tillgänglig för alla medlemmar. Funktionen med listan är att alla medlemmar ska kunna nätverka, utbyta erfarenheter, ställa frågor, dela material med mera. Ansvar för aktiviteten på listan ligger på föreningens samtliga medlemmar, medan styrelsen tar ett extra ansvar för informations spridning via listan. Föreningen har även en Facebooksida som administreras av styrelsen. Under verksamhetsåret har vi i samarbete med Digital Art Director Pelle Røjfors tagit fram en ny logga som syns på hemsidan, med symbolen för inre visshet. Flera informationstexter på hemsidan har reviderats och fortsatt arbete pågår med detta. Det har även skett vissa förändringar av strukturen på hemsidan för att ge ökad användbarhet.

Forsknings- & mätinstrumentgruppen. Sammanställande är Sophie Liljedahl. En forskningskonferens genomfördes på Sahlgrenska sjukhuset i Göteborg den 28 april 2023. Konferensen innehöll åtta presentationer. DBT Sveriges medlemmar kunde närvara gratis i konferensen som primärt var ordnad för deltagande på plats, men det fanns också möjlighet att vara med digitalt. I konferensen deltog 30 personer på plats på Sahlgrenska och 19 deltagare digitalt. För närvarande är ingen ny forskningskonferens planerad och det förs en diskussion om upplägget för kommande forskningskonferenser.

Kvalitetssäkringsgruppen. Sammanställande har varit Anna Demetriades och Linda Holländare (Örebroteamet) samt Johan Steczko (tidigare Örebroteamet). Under året beslutades att utvidga arbetsgruppen till att även omfatta styrelsemedlemmarna Carolina Wihrén Andersson, Karin Perry, Marianne Lundahl och Anna Lindström. Ett nytt upplägg har tagits fram för hur vi kan arbeta med samskattningar inom föreningen eftersom det tidigare upplägget var krångligt att genomföra med hänsyn till sekretess och tidsomfattning. Det nya upplägget innebär att vi ses digitalt en halv

dag/termin. Var och en ska i förväg ha skattat inspelade rollspel som arbetsgruppen kommer att ta fram. Vid samskattningstillfället ägnas därefter tiden till att diskutera svårbedömda item och samskatta oss. Syftet är öka kompetensen att skatta DBT-sessioner samt öka adherens till DBT.

Gruppen för DBT barn & ungdomar. Sammankallande är Marianne Lundahl. En digital nätverksträff där BUP-team från olika delar i landet var representerade har anordnats under verksamhetsåret. Behandlingsupplägg, vad som erbjuds i respektive team och i vilken form presenterades. Vidare diskuterades erfarenheter, samt för- och nackdelar med föräldrars deltagande i färdighetsträningen. Långt fler punkter fanns på agendan och en uppföljande nätverksträff med fortsatt erfarenhetsutbyte planeras för.

Gruppen för Familjeband. Sammankallande är Karin Perry. I gruppen ingår även Anna Demetriades, Linda Holländare, Johan Steczko och Anita Linnér. Gruppen har genomfört två ledarutbildningar i Familjeband. Under året har Karin Perry, Anna Demetriades, Anneli Carnelid och Anita Linnér översatt Alan Fruzzettis senaste revidering av Familjeband (2020).

Intressegruppen för RO-DBT. Sammankallande är Martina Isaksson. Intressegruppen för RO-DBT bildades under föregående verksamhetsår. Gruppens möten sker två gånger per termin. Då många är i uppstartsfas har fokus varit på implementering. Man har även haft fokus på att lyfta upp ny forskning och information om exempelvis utbildningar. Dessutom har beskrivningen av RO-DBT på DBT Sveriges hemsida uppdaterats. Till följd av att det i gruppen funnits få som arbetar med metoden, har man beslutat om ett nytag efter höstens kursomgång med många nya utbildade i RO-DBT. Gruppen har därför bjudit in till en öppen informations- och inspirationsföreläsning den 10 oktober. För att öka kompetensen önskar man att de som är med i intressegruppen antingen arbetar med, eller är på väg att arbeta med, RO-DBT i någon form.

Kvällsarrangemang via Zoom

Fem kvällsföreläsningar och ett interaktivt event via Zoom har genomförts under verksamhetsåret. Arrangemangen är gratis och vänder sig till alla medlemmar. Ungefär ett 40-tal personer har deltagit vid varje kvällsföreläsning och vid det interaktiva eventet var det cirka 25 personer. Upplägget för en kvällsföreläsning är en timmes föreläsning och därefter följer 30 minuters frågestund och erfarenhetsutbyte. I motsats till kvällsföreläsningar finns inte en lika fastställd form för ett interaktivt event eftersom detta var första gången vi ordnade ett sådant, men i korta drag handlar det om att arbeta med olika frågeställningar där betoningen ligger på att samla kompetens och utbyta erfarenheter som kan ligga till grund för fortsatt utveckling inom DBT.

Genomförda kvällsarrangemang

- 15 november 2022: Anna Demetriades och Linda Holländare berättade om sitt arbete med att arbeta metodtroget i DBT och använda föreningens rekommenderade sessionsskattningsskala (Fruzzetti & Worrall).
- 29 november 2022: Linda Dimeff, verksam i Seattle, Washington USA, presenterade protokollet för DBT vid samtidigt substansmissbruk.
- 12 december 2022: Sophie Liljedahl, verksam vid avdelningen för högspecialiserad vård vid svårbehandlat självskadebeteende, Sahlgrenska Universitetssjukhuset Göteborg, presenterade forskningsresultat om vad som utgör "ett liv värt att leva" efter att en har återhämtat sig från BPD.
- 14 mars 2023: Kajsa Jung, vinnare av DBT Sveriges årliga pris för bästa examensuppsats 2022, presenterade sitt arbete med titeln: Utvärdering av DBT för ungdomar - med och utan neuropsykiatrisk funktionsnedsättning.
- 24 april 2023: Interaktivt event om handledning i DBT. Eventet anordnades av Marianne Lundahl, Karin Perry, Åsa Spännargård, Charlotte Wihren Andersson och Anna Lindström.

- 16 maj 2023: Karin Eriksson berättade om arbetet på avdelning 369, Nationell högspecialiserad vård vid svårt självskadebeteende.

Sedan dåvarande styrelse började anordna gratis kvällsföreläsningar under 2021 har medlemmarna framfört önskemål om att föreläsningarna ska spelas in så att man kan titta på dem i efterhand. Frågan har diskuterats i styrelsen och vi har vägt för- och nackdelar. Tänkbara nackdelar med inspelning kan vara att medlemmar väljer att se inspelningarna i efterhand istället för att delta under kvällen, vilket skulle minska möjligheten till erfarenhetsutbyte vid frågestunden. Det kan också vara tråkigare för en föreläsare att föreläsa för en mindre skara och det finns en risk att det tolkas som att ens föreläsning inte väcker intresse och engagemang. Ett annat hinder för inspelning handlar om att deltagare behöver samtycka till att bli inspelade och detta kan vara svårt för oss som förening att hantera. De uppenbara fördelarna är att medlemmarna får ökad möjlighet att ta del av föreläsningarnas innehåll, vilket är i linje med föreningens mål om att verka för kvalitet och kompetensutveckling av DBT i Sverige. Under detta verksamhetsår bestämde vi oss för att spela in den första timmen då föreläsaren är i bild, under förutsättning att föreläsaren godkänner detta. Inspelningarna laddas därefter upp som olistade på Youtube och är därmed endast tillgängliga via delad länk som tillhandahålls till alla medlemmar via föreningens mejllista i efterhand. Detta löser problemet för de medlemmar som inte vill förekomma på en inspelning. Vi har även informerat om att föreläsningarna kan komma att spelas in och gett förslag till medlemmarna på hur man kan säkerställa att man deltar utan namn och bild. Det verkar som att de inspelade föreläsningarna har varit uppskattade, antal visningar varierar mellan cirka 45 och 150. Vi har samtidigt noterat att det har varit färre deltagare under kvällarna jämfört tidigare verksamhetsår. I nuläget bedömer styrelsen att fördelarna överväger nackdelarna. Höstens program innehåller två kvällsföreläsningar. Den första skulle ha ägt rum i september, men den behövde flyttas framåt i tiden. I nuläget är nytt datum inte bestämt. Den andra kvällsföreläsningen sker i november då Anita Linnér och Anneli Carnelid föreläser om DBT-FS vid samtidig autism – en FOU-studie.

Kontaktlista över DBT-team i Sverige

Initialt under året uppmanades alla medlemmar att lägga till uppgifter om DBT-team som inte fanns med på DBT Sveriges kontaktlista, samt att uppdatera information som inte längre stämde. Då inflödet av uppgifter var skvalt, och listan därmed inte gav en adekvat bild av var team finns och vem som är kontaktperson, beslutade styrelsen att avlägsna listan från hemsidan och istället enbart hänvisa till 1177 och därigenom närmaste psykiatriska mottagning för mer information. I samband med detta beslutades även att styrelsen skulle ta över ansvaret för kontaktlistan för att på detta sätt få ökade resurser att hämta in aktuella uppgifter för DBT-team i Sverige. Styrelsen tackar Johan Steczko som under många år har sammanställt medlemmarnas bidrag till kontaktlistan. Rebecka Ringström och Karin Eriksson har påbörjat arbetet med att kartlägga existerande DBT-team utifrån region, klinik, mottagning, vårdform samt teamledare och dennes kontaktuppgifter. I och med kartläggningens färdigställande kommer en lista över var DBT-team finns att åter publiceras som en service till såväl allmänhet som föreningens medlemmar. Vidare information, inklusive kontaktuppgifter, kommer att finnas tillgänglig enbart för DBT Sveriges medlemmar.

Översättning av manualen för färdighetsträning i DBT

När Marsha Linehans färdighetsträningmanual och arbetsbok publicerades 2015-2016 beslutade Natur & Kultur att enbart översätta arbetsboken. Elizabeth Malmquist, som under denna tid var ordförande för DBT Scandinavia/DBT-Sverige, och som var fackgranskare försökte påverka förlaget till att även översätta manualen riktad till färdighetstränare. Natur & Kultur sade dock nej med hänvisning till den omfattande mängden sidor. Styrelsen har därefter genom åren försökt finna andra vägar för att få till stånd en svensk översättning, eftersom vi menar att det inte är tillräckligt att endast arbetsboken för patienter är översatt, detta med tanke på att manualen är nödvändig för färdighetstränarna. Det skulle följaktligen underlätta betydligt om alla instruktioner finns på svenska. I

nya samtal med Natur & Kultur föreslog styrelsen att förlaget endast skulle översätta delen med "Teaching Notes", det vill säga den del som är nödvändig för färdighetstränarna. På så sätt skulle man kunna minska ned sidantalet. Till styrelsens stora glädje kom Natur & Kultur med ett positivt gensvar och de har fått klartecken från det amerikanska förlaget att ge ut en svensk utgåva av Teaching Notes. Styrelsen kommer att bidra med faktagranskning samt skriva en svensk introduktion.

Vägledning gällande handledning i DBT

Vid årsmötet 2022 presenterades ett vägledningsdokument gällande handledning i DBT. Avsikten var att ge vägledning både för DBT-team när de rekryterar externa handledare och för handledare som överväger att ta sig an uppdrag att handleda DBT-team. Under detta verksamhetsår har en arbetsgrupp bestående av Åsa Spännargård, Carolina Wihren Andersson, Karin Perry, Marianne Lundahl och Anna Lindström följt upp arbetet genom att arrangera ett interaktivt event om handledning. Under eventet diskuterades vägledningsdokumentet i små grupper och erfarenheter delades i syfte att gemensamt verka för god och metodtrogen DBT-handledning.

Nominering till pris för bästa projektarbete/upsats

Förra året inkom fyra nominerade uppsatser medan det i år endast kom en nominerad. Den nominerade uppsatsen bedömdes av Hanna Sahlin för ställningstagande till om den skulle tilldelas föreningens pris. Pristagaren kommer att presenteras i samband med årsmötet 2023-10-17.

EU:s arbetstidsdirektiv och telefonstöd i DBT

Den 1 oktober 2023 började den nya lagen om dygnsvila tillämpas, vilket har påverkat DBT-team runt om i Sverige på olika sätt. Styrelsen fick kännedom om att de olika regionerna i Sverige har, vad det verkar, tolkat lagen olika när det kommer till telefonstödet i DBT. Det framkom även att olika regioner och verksamheter har tolkat telefonstödet funktion på olika sätt. Inom vissa regioner verkar inte någon förändring ha skett och DBT-team kan fortsätta sitt arbete likt tidigare, medan det i andra regioner har skett stora förändringar. Via DBT Sveriges mejllista har frågan diskuterats och medlemmar har efterfrågat stöd från föreningen gällande att vissa DBT-team har blivit kraftigt inskränkta, eller har blivit av med möjligheten att alls erbjuda telefonstöd. Styrelsen har kommunicerat till medlemmarna att vi ser det som föreningens uppgift att engagera oss i frågan om telefonstödet, det ligger helt i linje med föreningens syfte att verka för god kvalitet och att sprida information om DBT. Frågan är dock väldigt komplex och det behövs tid för att se över vad vi kan göra för att påverka med målet att DBT-team ska kunna upprätthålla den funktion som telefonstöd i DBT är tänkt att fylla.

DBT-dagarna och samverkan mellan arrangerande team och föreningen

DBT-dagarna 2022 ägde rum den 26-28 oktober i Karlstad. Tema för dagarna var konsultationsteamet och det var Anita Linnér och Peter Thunström som genom föreläsningar, övningar och rollspel erbjöd en fördjupning inom detta tema. DBT-teamet i Värmland stod för det mycket lyckade arrangemanget som lockade ungefär 270 personer från hela Sverige.

När DBT-dagarna avslutades i Karlstad var, i motsats till tidigare år, inget team berett på att ta över stafettpippen för att ordna årets DBT-dagar. Detta kom som en överraskning för styrelsen eftersom flera team stod på en intresselista för att anordna dagarna. Den osäkra ekonomin, bl.a. till följd av pandemin och det osäkra omvärldsläget, tycks ha stått i vägen för att kunna ta på sig arrangemanget. Styrelsen har därför under året engagerat sig mer än tidigare i att försöka hitta lösningar för att DBT-dagarna 2023 skulle kunna äga rum. Slutligen erbjöd sig förra årets arrangörer i Karlstad att återigen stå för årets DBT-dagar. Dock visade det sig att färre deltagare än tidigare år anmälde sig, vilket gjorde det osäkert om budgeten skulle hålla med risk för att DBT-dagarna skulle behöva ställas in. Eftersom det detta år fanns möjlighet i föreningens ekonomi att göra ett undantag från regeln att DBT-dagarna ska finansieras av arrangören, beslutade styrelsen att gå in med ekonomiska medel vid en eventuell minusbudget.

Efter alla svårigheter att få till stånd DBT-dagarna 2023, är styrelsen nu mycket glad över att det redan är klart vilket DBT-team som kommer att ordna DBT-dagarna 2024, något som kommer att meddelas vid avslut av årets DBT-dagar.

I detta sammanhang påminner vi om att det finns en lathund för att underlätta samverkan mellan föreningens styrelse och det team som arrangerar dagarna.

Europeisk DBT-förening, EDBTA

Den europeiska DBT-föreningen The European Dialectical Behaviour Therapy Association (EDBTA) formerades den 28 december 2022, som en självständig förening men i nära samarbete med The World Dialectical Behaviour Therapy Association (WDBTA). Styrelsen för DBT Sverige hade före formeringen tagit del av stadgarna för EDBTA och ombetts att ta ställning till om vi ville bli medlemmar i föreningen, vilket vi beslutade att vi ville. Anna Lindström och Sophie Liljedahl är kontaktpersoner för DBT Sverige i EDBTA. Det finns än så länge inga upparbetade kanaler med andra DBT-team i Europa.

Användning av föreningens medel

Fasta kostnader. Under verksamhetsåret har föreningen fortsatt fasta kostnader vad gäller drift och support för hemsidan. Eftersom det tillkommit medlemmar i webbgruppen och ny webbredaktör tillsattes har vi också under året haft 1h utbildning. Förutom denna fasta post så tillkommer bankavgifter via SEB. Beslut fattades också under året om att möjliggöra swish som ett betalningssätt för både befintliga och nya medlemmar. Till swish kommer en mindre kostnad årligen.

Medlemsregister och bokföringssystem. För att utveckla föreningen och för att öka säkerheten kring handhavandet av föreningens ekonomi och medlemsregister så valde vi att införskaffa ett digitalt medlemsregister (Zynatic) och ett digitalt bokföringssystem (Fortnox). Dessa båda system interagerar med varandra och möjliggör att processen för att administrera nya medlemmar och befintliga medlemmar förenklas betydligt. Inbetalda medlemsavgifter som registreras på bankkontot bokförs automatiskt i bokföringssystemet. Detta medför också att processen att byta medlemssekreterare och kassör förenklas, när det är aktuellt, och insyn i bokföring och medlemsregister är möjligt för övriga styrelsen. Det nya medlemsregistret möjliggör att bekräftelse- och välkomstmejl samt kvitto administreras automatiskt. Framförallt bekräftelsemejl och kvitto är något som ofta efterfrågats och denna process blir nu betydligt enklare. Nya medlemmar som registreras via hemsidan registreras numera automatiskt in i det digitala medlemsregistret och detta medför att vi plockar bort en mänsklig faktor som kan bidra till att det blir fel.

Styrelsens arbetshelg. Styrelsen har liksom tidigare under en helg träffats för en arbetshelg. Medel från föreningen har bekostat kost, logi samt resor.

Föreningens årliga pris. Det har enbart kommit in en nominerad uppsats till föreningens pris. Styrelsen gav uppdraget till Hanna Sahlin att bedöma uppsatsen och arbetsinsatsen ersattes genom medel från föreningen. Eftersom bedömningen var att uppsatsen är av god kvalitet kommer föreningens årliga pris att utdelas.

Kvällsföreläsningar. För att visa uppskattning för de kvällsföreläsare som bidragit med sin kunskap på ett mycket inspirerande sätt har vi valt att skicka en blomma.

Översättning. Skalan "The Dialectical Behavior Therapy Adherence Checklist for Individual Therapy" (DBT AC-I) är en kort, pragmatisk skala i syfte att underlätta implementering och spridning av DBT. Syftet är även att vägleda kvalitetssäkringsarbete inom verksamheter. Skalan finns publicerad på hemsidan för projektet "DBT Adherence & Fidelity" (<https://www.dbtadherence.com/project>). Översättningen bekostas av DBT Sverige. Arbetet har dragit ut på tiden, men kommer att slutföras under verksamhetsåret 2023-2024.

Bokutlottning. I samband med förra årets årsmöte lottades böcker inköpta av styrelsen ut. Detta event var mycket uppskattat och kommer att upprepas vid årets årsmöte.

Därutöver tillkommer en eventuell kostnad för DBT-dagarna 2023 för att dessa ska kunna bli av enligt beskrivningen om DBT-dagarna ovan.

Verksamhetsplan för verksamhetsåret 2023-2024

1. Existerande arbetsgrupper kommer att fortsätta arbetet inom sina respektive områden. Medlemmar är välkomna att engagera sig i olika frågor inom föreningen och det är möjligt att komma med förslag på nya arbetsgrupper. En arbetsgrupp kan bestå av medlemmar både i och utanför styrelsen. Om inga styrelsemedlemmar deltar i arbetsgruppen behövs en kontaktperson inom styrelsen så att frågor förankras och ligger i linje med föreningens stadgar.
2. Styrelsen kommer att fortsätta att arrangera kvällsföreläsningar och interaktiva event med minst två tillfällen per termin. Vi vill gärna få medlemmarnas förslag på teman och personer som skulle vara intressanta att bjuda in.
3. Samskattningstillfällen kommer att ordnas enligt det nya upplägg som redovisas ovanför under rubriken Arbetsgruppernas arbete/Kvalitetssäkringsgruppen.
4. Kartläggningen av DBT-team i Sverige kommer att fortsätta mot bakgrund av att informationen är viktig för såväl allmänhet som föreningens medlemmar. Allmänheten kommer att informeras om var det finns DBT-team och medlemmar kommer att få mer ingående information om teamen inklusive kontaktuppgifter.
5. Vi kommer att fortsätta att arbeta med frågan om telefonstöd i relation till EU:s arbetstidsdirektiv. Dels behöver vi samla mer information och vi kommer bl.a. att söka dialog med DBT-team i Europa. Vi kommer även att undersöka möjligheten att ta hjälp av jurist för att titta på tolkningen av arbetstidsdirektivet. Detta för att kunna bringa klarhet i vad som gäller och, om möjligt, erbjuda DBT-team i Sverige ett gemensamt förhållningssätt i kommunikation med arbetsgivare.
6. Kvalitetssäkringsarbetet som omfattar handledning i DBT kommer att följas upp med fler aktiviteter, bl.a. på DBT-dagarna.
7. Vi kommer att fortsätta att dela ut årligt pris för bästa examensarbete/ uppsats samt för bästa utvecklingsprojekt inom DBT. Eftersom vi under detta verksamhetsår enbart fick in en nominering för bästa examensarbete ska styrelsen försöka ta reda hur detta kommer sig. Vi behöver sannolikt sprida mer information om priset, men det kan även handla om att vi behöver omarbeta hur kriterierna för priset är formulerade. För mer information om det årliga priset hänvisas till hemsidan/Föreningen och medlemskap/Om DBT Sverige.
8. DBT Sverige kommer att samverka med det europeiska nätverket EDBTA. Anna Lindström och Sophie Liljedahl är representanter för DBT Sverige i EDBTA.

Styrelsen för DBT Sverige genom

Anna Lindström
Ordförande
Stockholm 2023-10-10