

Verksamhetsberättelse 2023-2024 för DBT Sverige Intresseförening för Dialektisk beteendeterapi.

Medlemsfakta

Antal betalande medlemmar under räkenskapsåret 2023-07-01—2024-06-30: 255 personer, varav sex 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, Ulrica Bonde

Revisor: Karin Ovefelt

Revisorssuppleant: Åsa Spännargård

Valberedning: Niclas Andersson, Elisabeth Bolk, Anna Demetriades

Styrelsens möten

Styrelsen har haft tio styrelsemöten: 2023-10-17 (konstituerande styrelsemöte), 2023-11-20, 2023-12-19, 2024-01-22, 2024-03-10, 2024-04-03, 2024-05-15, 2024-06-27, 2024-08-22, 2024-10-01.

Styrelsen har även genomfört en arbetshelg. Den ägde rum 2024-03-09—2024-03-10.

Styrelsens inre arbete

Styrelsen har under detta verksamhetsår börjat se över styrelsens inre arbete vad gäller struktur och organisation. Ett beslut har fattats om att vi ska tydliggöra styrelsens arbetsuppgifter samt fördela ansvarsområden med tillhörande arbetsbeskrivningar. Vi har påbörjat att ringa in olika ansvarsområden, men behövde omprioritera när vi tog på oss att arrangera DBT-dagarna, se nedanför. För att lättare kunna sortera i olika frågor och underlätta vår kommunikation med medlemmarna har vi skapat fler e-postadresser utöver tidigare info@dbtsverige.se och medlemssekreterare@dbtsverige.se. Nya adresser är: evenemang@dbtsverige.se, kvallsforelasning@dbtsverige.se, nominering@dbtsverige.se.

Arbetsgruppernas arbete

Under året har en del förändringar skett gällande arbetsgrupperna:

- *Webbgruppen* har upphört som arbetsgrupp då vi konstaterade att den inte längre behövdes. Webbgruppen initierades 2019 i samband med att föreningen tog fram en ny hemsida i samarbete med vår webbsupport Johan Linder, Jolico Linder. I nuläget sköts det löpande arbetet med hemsidan av webbredaktören och mer omfattande frågor eller förändringar behandlas på styrelsens möten.
- Några namnförändringar av arbetsgrupperna har skett, se nedanför.
- En ny flik på hemsidan har skapats: *Arbetsgrupper i DBT Sverige*. Syftet är att medlemmarna ska kunna få större insyn i vad som pågår inom arbetsgrupperna. Vi hoppas att detta ska bidra till ökat engagemang i föreningens arbetsgrupper.

Forsknings- & utvärderingsgruppen (tidigare *Forsknings- & mätinstrumentgruppen*). Sammankallande är Sophie Liljedahl. En nationell forskningsdag genomfördes på Sahlgrenska sjukhuset i Göteborg den 6 september 2024. Fokus låg på diagnos och behandling av personlighetssyndrom, självskadebeteende

och suicidalitet. Konferensen innehöll fem svenska forskningspresentationer samt en keynote från Harvard på temat "Debranding treatment for Borderline Personality Disorder". Det var 93 anmälda till forskningsdagen, varav 80 var digitala. Deltagandet var gratis för föreningens medlemmar. Årets höga deltagande, som sticker ut från tidigare forskningsdagar, gör att man nu överväger att bjuda in en annan känd internationell keynote även till nästa års forskningsdag.

Samskattningsgruppen (tidigare Kvalitetssäkringsgruppen). Gruppen har bestått av Anna Demetriades (sammankallande), Anna Liljestrand (har tillkommit i gruppen under året), Anna Lindström, Marianne Lundahl, Karin Perry, Johan Steczko och Carolina Wihren Andersson (har slutat i gruppen under året). Under förra verksamhetsåret tog gruppen fram ett nytt upplägg för samskattning av terapiesessioner. Syftet var både att komma bort från sekretessproblemen vid verkliga terapiesessioner och att ha ett mindre tidskrävande upplägg. Det nya upplägget innebär att vi ses digitalt en halv dag/termin, i jämförelse med tidigare 1–2 heldagar på plats. Istället för verkliga terapiesessioner använder vi oss av inspelade rollspel som har tagits fram för detta ändamål. Deltagarna på samskattningen ska i förväg ha skattat rollspelen. 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. Sammanställande är Marianne Lundahl. Två planerade kvällsföreläsningar med fokus på "Färdighetsträning för ungdomar, tips och trix" och utifrån önskemål från medlemmarna, "Restriktiv ätstörning och DBT" har tyvärr behövt ställas in. Nya datum planeras för. Ett flertal frågor har inkommit relaterat till val av färdighetsträningsmaterial för ungdomar. På mejllistan har det framkommit att olika översättningar och versioner finns. Medlemmar har framfört önskan om riktlinjer, ska Alec Miller och Jill Rathus ungdomsmanual användas i första hand? Styrelsen har diskuterat frågan och har varit i kontakt med Natur och Kultur, med svar att ingen översättning till svenska är planerad i nuläget. Fler personer som är intresserade av att engagera sig i denna grupp behövs och intresseförfrågning har gått ut på föreningens maillista.

Gruppen för Familjeband. Sammanställande är Karin Perry. I gruppen ingår även Anna Demetriades, Linda Holländare, Johan Steczko och Anita Linnér. Gruppen har genomfört en ledarutbildning i Familjeband på plats i Örebro. Under året har Karin Perry, Anna Demetriades, Anneli Carnelid och Anita Linnér fortsatt finslipa på översättningen av Alan Fruzzettis senaste revidering av Familjeband (2020).

Intressegruppen för RO-DBT. Martina Isaksson, Greta Hjelte och Helena Sundén delar på ansvaret för att leda gruppens arbete. Gruppens möts två gånger per termin, 1,5 timma i digitalt format. Förra verksamhetsåret gjordes det en nystart med en öppen föreläsning med fokus på att få in fler deltagare som aktivt arbetar med, eller är på väg att arbeta med, RO-DBT. Det blev lyckosamt och gruppen har nu ett ökat antal deltagare som arbetar eller har arbetat praktiskt med metoden. Fokus har fortsatt vara implementering och att stötta varandra, byta erfarenheter och vidareutveckla arbetet med RO-DBT i Sverige. Man har även fortsatt haft fokus på att lyfta upp ny forskning och information om exempelvis utbildningar.

Hemsidan

Petra Hattar har varit 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. Ansvaret för aktiviteten på listan ligger på föreningens samtliga medlemmar, medan styrelsen tar ett extra ansvar för informationsspridning via listan. Föreningen har även en Facebooksida som administreras av styrelsen. Flera informationstexter på hemsidan har reviderats och fortsatt arbete pågår med detta. Vi har även detta verksamhetsår genomfört förändringar av strukturen på hemsidan för att ge ökad användbarhet.

Digitala aktiviteter för medlemmarna

Tre kvällsföreläsningar har genomförts under verksamhetsåret. Arrangemangen är gratis och vänder sig till alla medlemmar. Antalet deltagare har varierat mellan 30 och 50 medlemmar. Upplägget för en kvällsföreläsning är en timmes föreläsning och därefter följer 30 minuters frågestund och erfarenhetsutbyte. Nytt för detta verksamhetsår är att vi har spelat in kvällsföreläsningarna så att medlemmar kan ta del av dem i efterhand. Frågestunden ingår inte i det som spelas in, eftersom vi vill minska risken att deltagare känner sig begränsade av inspelningen om de vill ställa frågor och delta i diskussioner. Möjligen har inspelningarna lett till att färre personer deltar när själva föreläsningen äger rum på Zoom. Vi har inte genomfört någon utvärdering av hur medlemmarna har tagit emot att vi spelar in, men vårt intryck är att det har uppskattats. De inspelade föreläsningarna har som minst 55 och som mest 221 visningar.

Kvällsarrangemang

- 28 november 2023: Anneli Carnelid presenterade arbetet med en FoU-studie i Region Skåne om DBT-FS vid samtidig autism.
- 19 mars 2024: Magnus Nilsson, berättade om hur man arbetar med Nationell högspecialiserad vård (NHV) för självskadebeteende i Region Skåne.
- 3 september: Erik Ydrefeldt från Region Skåne föreläste på temat "Att möta vårdbehovet hos patienter med personlighetssyndrom.

Samskattningstillfälle

- 11 april 2024: 36 personer var anmälda. Skattningen skedde med hjälp av Fruzzettis och Worralls skala, på svenska "DBT terapeutskattnings- och feedbackformulär" (2010).
- 17 oktober 2024 (ännu inte genomfört): drygt 20 medlemmar är anmälda till halvdagen. Vid detta tillfälle kommer skalan DBT AC-I att användas.

Kontaktlista över DBT-team i Sverige

Styrelsen har tagit över ansvaret för kontaktlistan över DBT-team och arbetsuppgiften har framförallt skötts av Anna Liljestränd och Ulrica Bonde. Med tanke på att alla DBT-team inte har full standard-DBT, anser styrelsen att det inte bara är viktigt att informera om var sådan finns att tillgå utan att vi också bör kartlägga och informera om var det finns vård som utgår från DBT, t.ex. enbart färdighetsträning, DBT-baserad heldygnsvård med mera. Ambitionen är dels att ta fram en offentlig lista över var det finns DBT-team i Sverige samt vilken form av DBT-baserad vård som ges, dels att upprätta en mer utförlig lista med kontaktuppgifter och ev. annan information som inte ska offentliggöras utan endast ges till medlemmar. På samma sätt som med övriga uppgifter under verksamhetsåret har denna fråga nedprioriterats till förmån för att kunna arrangera DBT-dagarna.

Översättningsarbete

- Den svenska översättningen av adherensskalan *Dialectical Behavior Therapy Adherence Checklist for Individual Therapy (DBT AC-I)* blev klar i augusti 2024 och publicerades då av Melanie Harned på hemsidan för DBT AC-I, <https://www.dbtadherence.com/dbtaci-translations>. På svenska heter skalan "Checklista för adherens till Dialektisk beteendeterapi – individualterapi (DBT AC-I)". Petra Hattar och Anna Lindström är de som huvudsakligen har arbetat med översättningen och Anneli Carnelid samt Karin Eriksson har korrläst. Skalan kommer att användas i samskattningssammanhang för första gången vid sammanskattningseventet den 17 oktober. Att titta på och skatta inspelade individualsessioner i konsultationsteamet är en viktig del i att öka metodtrohet och kvalitet i DBT. Vi vill därför uppmana alla medlemmar att sätta sig in i träningsmanualen samt checklistan för

individualterapeut respektive observatör. På hemsidan för DBT AC-I finns träningsfilmer för skattning, <https://www.dbtadherence.com/practice-sessions>.

- Under förra verksamhetsåret hörsammade Natur & Kultur styrelsens önskan om en svensk översättning av Marsha Linehans färdighetsträningsmanual (2015). Det är den mest centrala delen med "Teaching Notes" som kommer att översättas, det vill säga den del som är nödvändig att ha som färdighetstränare. Översättningen är nu igång och delar av styrelsen bidrar med faktagranskning. Styrelsen kommer även i ett senare skede skriva en svensk introduktion. De som har deltagit som faktagranskare under det gångna verksamhetsåret är Karin Eriksson, Petra Hattar, Anna Liljestrand, Anna Lindström och Karin Perry.

Vägledning gällande handledning i DBT

Under de två föregående verksamhetsåren pågick ett aktivt arbete kring handledningens roll i DBT. Detta resulterade i ett vägledningsdokument gällande handledning i DBT (se hemsidan <https://dbtsverige.se/kvalitetsakring/>) samt ett interaktivt event om handledning för alla intresserade medlemmar och en uppföljande paneldebatt på årsmötet 2023 med erfarna DBT-handledare. Under det aktuella verksamhetsåret hade styrelsen för avsikt att arbeta vidare med handledningsfrågan men detta har vi behövt prioritera ned som en konsekvens av att vi arrangerar årets DBT-dagar.

Nominering till pris för bästa projektarbete/upsats

Det har inkommit tre nominerade uppsatser som har bedömts av Hanna Sahlin och Magnus Nilsson som båda är disputerade inom området. Pristagaren kommer att presenteras i samband med årsmötet 2024-10-16.

EU:s arbetstidsdirektiv och telefonstöd i DBT

Inför att lagen om dygnsvila började tillämpas i oktober 2023, uppkom en diskussion på DBT Sveriges mejllista angående hur detta skulle påverka möjligheterna till att ge telefonstöd utanför arbetstid. Det framkom i diskussionerna att det skilde sig åt mellan olika verksamheter och regioner hur de nya direktiven tolkades. Det visade sig även att olika regioner och verksamheter tolkade telefonstödet funktion på olika sätt. Styrelsen tog emot önskemål från medlemmar om att föreningen skulle ge rekommendation och vägledning i den aktuella frågan. Vi genomförde därför en anonym enkät i syfte att kartlägga hur de skärpta arbetstidsreglerna påverkade telefonstödet. 70 medlemmar besvarade enkäten. Omprioriteringar i styrelsens arbete till följd av arrangörskapet av årets DBT-dagar har gjort att vi ännu inte har presenterat något resultat av enkäten och fortsatt arbete i frågan kommer att ske i styrelsen under kommande verksamhetsår. Så här långt är styrelsens rekommendation till DBT-team att:

- arbeta med i DBT-litteratur beskriven generalisering och telefonstöd och följa lagen om arbetstid.
- ta stöd av DBT-auktoriteter både i Sverige och internationellt samt av jurister.

DBT-dagarna och samverkan mellan arrangerande team och föreningen

DBT-dagarna 2023 ägde rum den 9–10 november i Karlstad. Tema för dagarna var adherens till DBT, med utbildning i och praktiska övningar utifrån två olika adherensskattningsskalor; den ena skalan var "DBT terapeutskattnings- och feedbackformulär" av Alan Fruzzetti och Michael Worrall (2009), den andra "DBT Adherence Checklist for Individual Therapy (DBT AC-I)" av Melanie Harned, Sara Schmidt och Kathryn Korslund (2021). Därutöver hölls en paneldiskussion om handledning i DBT. DBT-teamet i Värmland stod liksom föregående året för ett mycket lyckat arrangemang som lockade ungefär 190 personer från hela Sverige.

När DBT-dagarna 2023 avslutades i Karlstad lämnades stafettpipen över till DBT-teamet i Gävle som redan var förberedda med både datum och tema för programmet 2024. Temat skulle vara "Anpassningar av DBT med tyngdpunkt på Anpassningar av DBT vid autism". Till följd av regionernas osäkra ekonomiska läge fick dock Gävleteamet besked från sin ledning i slutet av mars i år att de inte kunde fullfölja sin planering. För att kunna hålla fast vid traditionen med årliga DBT-dagar, beslutade styrelsen sig för att ta på sig arrangörskapet. Styrelsen behöll ungefär samma tema som Gävleteamet hade planerat och tog fram en budget med lägre omkostnader genom bl.a. en billig lokal i Värnamo samt att de redan vidtalade amerikanska föreläsarna kunde erbjuda en förinspelad föreläsning istället för föreläsning på plats. Styrelsen räknade med ett litet deltagarantal med tanke på regionernas strama ekonomi och budgeterade utifrån detta. Denna beräkning visade sig dock inte stämma – vi har i skrivande stund över 270 anmälda. Det här är självfallet ett glädjande resultat och samtidigt har det inneburit att själva arrangemanget har krävt betydligt mer insatser än vad vi först trodde. Alltsedan april har arrangerandet av DBT-dagarna tagit mycket av styrelsens resurser i anspråk.

Styrelsen hoppas att det nu återigen ska bli möjligt för olika team runtom i landet att arrangera DBT-dagarna. Att stå som arrangörer för DBT-dagarna är en möjlighet för team att bidra till föreningens syfte att utveckla och stärka DBT i Sverige, men det ger också en möjlighet att själva utvecklas som team, t.ex. genom en unik kontakt med föreläsare och nätverk i DBT-världen. I detta sammanhang påminner styrelsen om att det finns en lathund för att underlätta samverkan mellan föreningens styrelse och det team som arrangerar dagarna. Styrelsen ställer gärna upp som bollplank och stöd för de team som kan tänka sig att vara arrangörer.

Europeiska DBT-föreningen, EDBTA

DBT Sverige är sedan januari 2024 medlem i den nystartade europeiska DBT-föreningen European Dialectical Behaviour Therapy Association (EDBTA). EDBTA har ett nära samarbete med World Dialectical Behavior Therapy Association (WDBTA), men är en självständig förening. Anna Lindström är ordinarie representant för DBT Sverige i EDBTA och Sophie Liljedahl är ställföreträdande representant. Medlemsmöten i EDBTA hålls en gång i månaden. Som en nystartad förening har det funnits många frågor att ta tag i, bland annat har följande arbetsgrupper formerats: "Training-supervision-certification-adherence", "Research-scales", "Dissemination-clinical work" och "Technical issues-translations". Anna Lindström ingår i arbetsgruppen för "Training-supervision-certification-adherence" och Sophie Liljedahl i arbetsgruppen för "Research-scales". Alla medlemmar i DBT Sverige är välkomna att engagera sig i dessa arbetsgrupper. Gruppen för "Dissemination-clinical work" har startat upp ett nyhetsbrev som kommer gå ut till alla medlemsföreningars medlemmar från och med oktober månad. Där kommer de ingående medlemsföreningarna att få presentera sig själva med två länder åt gången och det kommer även finnas en sammanställning av relevant forskning. I EDBTA har det även tagits beslut om att anordna en europeisk DBT-kongress med start i Gdansk, Polen den 8-10 maj 2025.

Nätverket Samlad kraft

DBT Sverige har fortsatt att samverka med de olika vänföreningarna BTF, SfkBT, SWABA, ACBS-Sverige och den svensktalande finska KBT-föreningen. Nytt för i år är att vi har fördjupat samarbetet med BTF och SfkBT genom att våra respektive medlemmar numera kan delta på varandras event till samma kostnad som föreningens medlemmar. Ett initiativ har tagits till att samarbeta om en gemensam tidskrift och detta arbete befinner sig i uppstartsfas.

Användning av föreningens medel

Fasta kostnader för IT och bank. Under verksamhetsåret har föreningen haft fortsatta fasta kostnader vad gäller IT (drift och support för hemsidan, zoomkonto och hemsida för DBT-dagarna) och bank (avgifter för bankkontot och swish via SEB).

Medlemsregister, bokföringssystem och e-faktureringsprogram. För att fortsätta utveckla och öka säkerheten kring handhavandet av föreningens ekonomi och medlemsregister har vi utöver förra årets införskaffade medlemsregister (Zynatic) och digitala bokföringssystem (Fortnox) valt att i år även investera i ett e-faktureringsprogram (INXCHANGE). Samtliga system bidrar till att underlätta administrationen gällande ekonomi och hanterande av medlemskap.

Styrelsens arbetshelg. Styrelsen har liksom tidigare träffats för en så kallad "arbetshelg". Medel från föreningen har bekostat kost, logi samt resor.

Samskattning. Vid årets första samskattningstillfälle utgick ett bidrag till de som tog på sig att stå för skattningen, något som medför tidskrävande förberedelser. Dessa personer är samskattade med Elizabeth Malmquist.

Föreningens årliga pris. Det inkom tre nominerade uppsatser till föreningens pris. Kostnader utgår både för själva priset och för arvode till två bedömare av de nominerade arbetena.

Kvällsföreläsningar. Föreläsare har ställt upp gratis för föreningen och styrelsen har valt att visa uppskattning för de fina insatserna genom att skicka en blomma.

Avgående styrelseledamöter. De ledamöter som lämnat styrelsen har tackats av med blommor.

Bokutlottning. För tredje året i rad kommer vi att i samband med årsmötet ha en utlottning av DBT-relaterade böcker för de medlemmar som deltar i årsmötet. Syftet är att uppmuntra medlemmar att delta i årsmötet och vi har fått mycket uppskattning för det hela bland medlemmarna.

Utgifter för DBT-dagarna 2024. I skrivande stund vet vi inte vilka utgifter som DBT-dagarna kommer att medföra. Det handlar bl.a. om lokalkostnad, arvode samt kostnader för resa och boende för föreläsare samt andra sedvanliga konferensutgifter. Eftersom vi har fått ett stort antal anmälda kan vi konstatera att det inte finns någon risk för att vi går med förlust.

Styrelsens deltagande i DBT-dagarna som arrangörer. Genom att styrelsen valt att ta på sig arrangörskapet av DBT-dagarna 2024 tillkommer i räkenskapsåret med start 2024-07-01 kostnader för resa och boende för de styrelseledamöter som inte får dessa utgifter betalda av sina arbetsgivare.

Medlemsavgift EDBTA. Detta kommer att bli en ny utgift för föreningen från och med räkenskapsåret som startar 2024-07-01. Medlemsavgiften i EDBTA är 10 % av föreningens medlemsinkomster.

Verksamhetsplan för verksamhetsåret 2024-2025

1. Styrelsen kommer att arbeta vidare med frågorna om styrelsens organisation och struktur i enlighet med beskrivningen ovan, se rubrik Styrelsens inre arbete.
2. Existerande arbetsgrupper kommer att fortsätta arbetet inom sina respektive områden. Medlemmar uppmuntras 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. Under fliken för arbetsgrupper på hemsidan kommer det läggas upp mer information.
3. Till det ständigt pågående kvalitetssäkringsarbetet som styrelsen är ålagda att arbeta med i enlighet med föreningens stadgar ingår bl.a. arbete med adherens och sessionsskattning. Samskattningstillfällen kommer att löpa på enligt det nya upplägget som redovisas ovanför under rubriken Arbetsgruppernas arbete/Samskattningsgruppen. Till kvalitetssäkringen hör även fortsatt arbete med frågor som omfattar handledning i DBT.



4. Styrelsen kommer att fortsätta att arrangera kvällsföreläsningar med målsättning att ha två tillfällen per termin. Vi vill gärna få medlemmarnas förslag på teman och personer som skulle vara intressanta att bjuda in.
5. Kartläggningen av DBT-team i Sverige kommer att fortsätta mot bakgrund av att informationen är viktig för såväl allmänhet som föreningens medlemmar.
6. Vi fortsätter med uppdraget att fackgranska översättningen av Marsha Linehans färdighetsträningsmanual (2015).
7. Vi kommer att fortsätta att dela ut årligt pris för bästa examensarbete/upsats samt för bästa utvecklingsprojekt inom DBT. För mer information om det årliga priset hänvisas till hemsidan/Föreningen och medlemskap/Föreningens pris.
8. Fortsatt arbete kommer att ske gällande frågan om telefonstöd i relation till EU:s arbetstidsdirektiv, se rubrik EU:s arbetstidsdirektiv och telefonstöd i DBT.
9. DBT Sverige kommer att delta som aktiv medlem i den europeiska föreningen EDBTA i enlighet med rubriken ovan. I detta arbete ingår även att medlemmarna i DBT Sverige ska få mer information om EDBTA, nu när det efter en inledande fas har blivit tydligare vad EDBTA kan tillföra DBT Sverige och vice versa.
10. Samarbetet med nätverket Samlad kraft kommer att fortsätta och vi kommer att medverka till en gemensam tidskrift.

Styrelsen för DBT Sverige genom,

Anna Lindström

Ordförande

Stockholm 2024-10-07