sfKBT:s utveckling från 2012 till 2023

Cecilia Svanborg har kunnigt och livfullt skildrat hur Svenska föreningen för kognitiva och beteendeinriktade terapier uppstod, och hur olika personer gett värdefulla bidrag till den kognitiva terapins framgång i Sverige, i ett dokument kallat *Historisk tillbakablick*, som publicerats i Sokraten nr 1 år 2023. Cecilia gjorde detta som ett sätt att sammanställa bakgrunden till det evenemang som inträffade 2012 och kallades för KBT-dagarna.

Det har framkommit önskemål om att skildra föreningens utveckling sedan KBT-dagarna. Därför görs här ett försök att skildra huvuddragen i utvecklingen mellan 2012 och 2022. Vi organiserar framställningen utifrån ett antal teman.

Utåtriktad verksamhet. När Psykoterapimässan började som ett årligt evenemang var den en stor händelse och välbesökt. Med tiden har den rönt mindre intresse. sfKBT har dock i viss mån medverkat på Psykoterapimässan, om än inte under alla gånger som den organiserats under denna tidsperiod.

Den största insatsen under denna tidsperiod var att organisera konferensen för European Association of Behavioural and Cognitive Therapies (EABCT). Konferensen organiserades i samarbete med systerföreningen BTF i september 2016 i Stockholm på konferensanläggningen Waterfront.

Redan 2012 påbörjades förberedelserna, och konferensen blev en stor framgång. Även samarbetet med BTF fungerade utomordentligt väl. Dessutom förbättrades ekonomin genom ett överskott från konferensen på över 100 000 kr.

Föreningen har också varit noga med att delta med en representant på EABCT:s möten, och vid mötet i mars 2022 togs kriget i Ukraina upp. Dessutom har vi haft kontakt med den finska och svenskspråkiga KBT-föreningen.

Föreningens tidning Sokraten har under perioden utvecklats från ett ganska anspråkslöst blad i svartvitt till en digital tidning som vuxit både innehållsmässigt och estetiskt.

Förändringen har inneburit ett omfattande arbete av både redaktionen och diskussioner i styrelsen, där vi bland annat frågade oss om vi vågade överge konceptet med papperstidning och hur viktig tidningen var som föreningens ansikte utåt. Resultatet blev att sedan 2019 utkommer tidningen digitalt, med en modern och tilltalande layout. Förändringen har inneburit att tidningen blivit billigare att ge ut och mer resurser kan således läggas på det redaktionella arbetet. Förhoppningen är att det också ska underlätta rekryteringen till redaktionen.

Medlemsutvecklingen. Det har varit en rätt stor omsättning på medlemmar. Många har gått i pension, och många nya har också tillkommit. Som helhet har vi dock fått färre medlemmar under perioden. När föreningen var som störst hade vi över tusen medlemmar, och under lång tid var målsättningen att nå det medlemsantalet på nytt. Men efterhand har den målsättningen visat sig vara orealistisk.

Våra lokalföreningar. 2014 lades en lokalförening ner, den östsvenska. Samtidigt bildades en ny lokalförening, den småländska lokalföreningen. Tråkigt nog lades dock den småländska föreningen ned efter några år, medlemsunderlaget var för litet. De som förut varit medlemmar i småländska, anslöts då till andra lokalföreningar.

Samarbetet med BTF. 2015 hade sfKBT möten med BTF med syftet att tillsammans åstadkomma en reglering av grundutbildningen i KBT genom att ta fram ett gemensamt styrdokument. Inget gemensamt dokument upprättades då BTF på årsmötet 2019 beslutade att föreningen inte längre skulle stå som medarrangör för sådana utbildningar. Det innebär att fortfarande gäller vårt policydokument om krav på grundutbildningar i KBT. SfKBT och BTF har fortsatt kontakt och samverkan kring gemensamma frågor.

Styrelsens arbete. 2012 var Poul Perris ordförande. Han ersattes 2016 av, Eva Gafvelin Ramberg från Boden, och 2022 var det dags för Lotta Scholander från Göteborg att få svinga ordförandeklubban.
Under åren med pandemi utvecklades förmågan att ha styrelsemöten digitalt via Skype, Teams eller Zoom. Efter inledande ovana och tekniska barnsjukdomar har det fungerat bra och även varit ekonomiskt gynnsamt.
Vi var även tvungna att organisera två av årskonferenserna digitalt.

Under dessa år har samarbetet med lokalföreningarna utvecklats genom att representanter från lokalföreningarna deltar på den så kallade styrelsehelgen. Det har bidragit till att relationen mellan riksföreningen och lokalföreningarna är god och att vi känns som en förening.

Årskonferenser. I samband med föreningens årsmöte organiseras varje år en årskonferens med olika teman. Exempel på sådana har varit ”Sex och relationer – i vår samtid och framtid”, och ”Existentiell KBT”, organiserat av Mellansvenska lokal föreningen. Västsvenska lokalföreningen hade 2019 fokus på utmattningsproblematik, som innefattade rollspel inför publik. Sydsvenska föreningen organiserade ett årsmöte på temat ”Trauma”, och ett annat om KBT för äldre.

Lokalföreningarna har efterlyst lite längre paus efter att ha arrangerat ett årsmöte. Därför tog styrelsen beslutet att den är ansvarig var 4:e år från och med 2022. Då blir det ett endagars evenemang som innehåller årsmötet och en föreläsning, och kan vara ett digitalt evenemang.

Övrigt. 2018 hade vi en process gällande vilka värdeord som ska ledsaga föreningen. Många medlemmar bidrog och resultatet sammanfattades i:

Sammanhang Fördjupning Kunskap(ande) Bekräftelse Träffpunkt

På förslag från mellansvenska har vi infört en certifiering av grundutbildade terapeuter, som studerat vid utbildningar som auktoriserats av föreningen.

Slutord. Föreningen har berörts av tidens strömningar under tidsperioden 2012-2022. Det har inneburit att vi behövt digitalisera oss, vilket började med sådant som ett medlemsregister på vår hemsida. Vi har också behövt modernisera oss genom årsmöten via Skype.

Som förening har vi även behövt kämpa med ett vikande intresse för att vara medlem i en förening och gå på fysiska möten, vilket är en tendens i samtiden. Men föreningen har ändå en stabil bas, hängivna medlemmar, och en viktig funktion att fylla.

På de KBT-dagar som Cecilias text slutade med, togs under en diskussion upp frågan hur länge det skulle finnas två KBT-föreningar i Sverige. Lars-Göran Öst framförde

uppfattningen att om fem år fanns det nog inte två föreningar längre. Vi vet alla hur det gick för den prognosen. I en eller annan form finns säkert sfKBT kvar också om tio är. Men det återstår att se om det är som en separat förening, eller ser ut på annat sätt.

Eva Gafvelin Ramberg
Styrelsemedlem 2013-2022

Billy Larsson
Styrelsemedlem 2008-2020