



Att möta behov

Implementering av DBT inom socialtjänsten i Lund.

Örebro 9 april 2014





Nu börjar vi...

- Ställ frågor direkt när ni får dem i huvudet, vi svarar och tar ansvar för tiden.
- När ni reser er om en knapp trekvart hoppas vi att ni fått med er
 - En bild av vad DBT är.
 - Vår DBT resa.
 - Behovet av att se behov.
 - Kakmonstrets entré i DBT –teamet.





Men först... hur kom vi in på DBT.

- Vår plats i Organisationen
 - Öppenvård/ Familjeresursen.
 - Remiss från socialsekreterare efter utredning.





Behoven vi såg

- Behovet av att få hjälp, inte valsa runt/ hamna mellan stolarna.
- Ungdomar som kände att inte passade in.
- Ungdomar med självdestruktivt beteende
 - Självskada.
 - Droger och alkohol.
 - Riskbeteende.
- Kaotiska relationer.
- Ständiga kriser.





DBT – Dialektisk Beteendeterapi på under 10 minuter.

- KBT + medveten närvaro, dialektik, validering.
 - Människor gör så gott de kan.
 - Människor strävar efter att utvecklas.
 - Människor kanske inte själva orsakar sina problem, men måste själva lösa dem eller hantera dem.
 - Det finns ingen absolut sanning.

DBT- fyra delar.

- Samtal 1 gång i veckan,
- Färdighetsträning 1 gång i veckan.
- Behandlarna jobbar i team.
- Telefonkonsultation.
- Behandlingstid, kontrakt





Färdighetsträningens specifika mål:

Att minska

- Beteenden som leder till kaos i relationer.
- Labila känslor.
- Impulsivitet.
- Svårigheter att förstå sig själv.

Att arbeta fram

- Färdigheter att hantera relationer.
- Färdigheter att hantera känslor.
- Färdigheter att stå ut när det är svårt.
- Färdigheter att vara medvetet närvarande i nuet.





Samtal

- Minska livshotande och självskadande beteende.
- Terapistörande beteende.
- Livskvalitetsförstörande beteende.
- Generalisera färdigheter.
- Minska beteenden som är relaterad till tidigare negativa upplevelser.
- Livsmål.





Hemsidor DBT

- www.DBT-scandinavia.se
- www.behavioraltech.org
- www.psykologem.se





Implementering i fyra steg

- Steg 1 - Se behovet.
- Steg 2- Val av metod.
- Steg 3- Möjliggöra
 - Få gehör
 - Egna behov, tex utbildning.
- Steg 4- Införa.
 - Informera





Idag och framöver

- Ärenden idag
 - Ungdomar 14-24 år
 - Föräldrar
- Hur ska vi hålla DBT levande i vår organisation?
 - Information på olika sätt.
 - Utveckla vårt arbete.
 - Göra ledning och verksamhet mer delaktiga i DBT.
- Vad händer framöver?
 - Grupper.
 - Fortsätta jobba.
 - Fortsätta våga se behov.





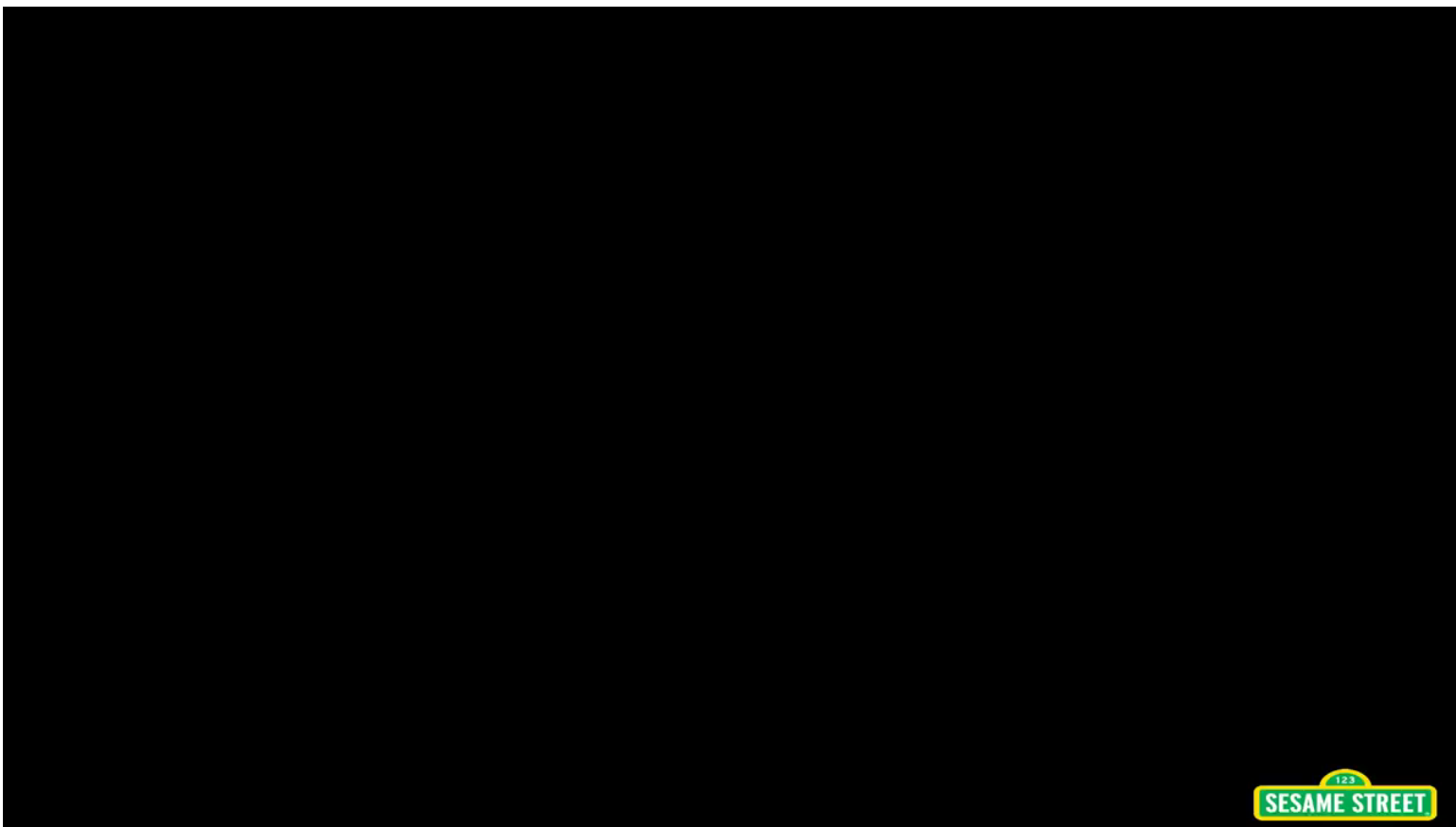
Till sist

- Tre saker vi hoppas att ni tar med er
 - Våga se behoven.
 - Ta ansvar och gör det som är möjligt utifrån den verksamhet du är i.
 - Du kan göra skillnad.
- ...och så var det historien om kakmonstret





Kakmonstret





Kikki Johansson

Behandlare DBT-teamet

Kicki.johansson@lund.se

046-359 91 42

Heléne Helgesson

Behandlare DBT-teamet

Helene.helgesson@lund.se

046-359 91 59

