ÅRSMÖTE

Lördag den 14 mars 2026

Beskowsalen, ABF-huset, Sveavägen 41, Stockholm

Mötet hålls även via Zoom

PROGRAM

09.30 Kaffe/te och registrering

10.00 Acceptance and Commitment Therapy för stressade föräldrar till barn med funktionsnedsättning

Föreläsningen handlar om behandling av stress och psykisk ohälsa hos föräldrar till barn med funktionsnedsättning. Den belyser hur Acceptance and Commitment Therapy (ACT) anpassades till denna målgrupp och hur centrala ACT-färdigheter kan stärka föräldrars förmåga att hantera stress och situationer kring barnet, samtidigt som man värnar sitt eget välmående i en krävande vardag. Resultat från studier av den manualbaserade gruppbehandlingen *Navigator ACT* presenteras och kopplas till hur ökad psykologisk flexibilitet kan minska stressens påverkan och bidra till ökat välbefinnande hos både förälder och barn. Navigator ACT finns idag i 16 av Sveriges regioner och implementering i Finland har påbörjats.

Tiina Holmberg Bergman är med.dr., specialistpsykolog inom funktionshindrets psykologi och BCBA. Hon är verksam som specialistpsykolog och handledare på Habilitering och Hälsa i Stockholm, och hennes forskning bedrivs vid KIND på Karolinska Institutet. Hon forskar främst om behandling baserat på ACT i samband med föräldrastress och utmanande föräldraskap till barn med funktionsnedsättning. Tiina har över 25 års erfarenhet av arbete med personer med NPF och deras anhöriga, och är en av utvecklarna bakom metoden Navigator ACT.

11.00 Årsmötesförhandlingar

Kallelse och dagordning skickas per e-post till alla medlemmar, senast tre veckor före mötet.

12.00 Lunch

Lunch köps på egen hand, i närområdet finns ett stort utbud av caféer och restauranger.

13.45 Beteendeanalys i en elitfotbollskontext

Du får i föreläsningen exempel på hur man inom Svenska fotbollförbundet (SvFF) arbetar med beteendeanalys och fotbollspsykologi. Hur tränare och spelare kan konceptualisera beteenden och aktioner samt identifiera värderad riktning utifrån den så kallade "Pilmodellen". Dessutom presenteras fall där man använt ett beteendeanalytiskt tänk för att hjälpa spelare att förstå och göra önskvärda aktioner (beteenden på fotbollsplanen). Till sist lite kring arbetet i damlandslaget och hur psykologisk kunskap appliceras där.

Sara Hammer är leg. psykolog och idrottspsykolog med lång erfarenhet av kliniskt behandlingsarbete, idrottspsykologiska interventioner och arbete med beteendeanalys i olika kontexter. Hon är idag anställd på SvFF och arbetar med tränarutbildning samt arbetar som psykolog i svenska damlandslaget i fotboll. Sara arbetar mycket med ACT, CFT och motiverande samtal och föreläser ofta inom dessa områden.

14.30 Fikapaus

15.00 Beteendemedicinska insatser vid kroppsliga symtom – exponeringsbehandling

Ryggsmärta, huvudvärk, magtarmproblem, yrsel och trötthet är exempel på kroppsliga symtom som kan ge mycket lidande. Beteendemedicin är det kunskapsfält som berör interaktionen mellan biomedicinska faktorer och beteenderelaterade faktorer för hälsa. Till exempel, hur kan vi förstå behandlingar som påverkar förväntningar och beteenden i relation till symtomen? I presentationen ges en översikt av teoretiska modeller om riskfaktorer för utvecklingen av långvariga, begränsande kroppsliga symtom och en beskrivning av kunskapsläget kring exponeringsbaserad behandling.

Hedvig Zetterberg är leg. fysioterapeut, forskare och lektor vid Institutionen för psykologi och socialt arbete vid Mittuniversitetet. Hedvig undervisar i hälsopsykologi och hennes forskning handlar bland annat om utvärdering av behandlingsinsatser vid olika smärttillstånd.

15.30 Exponeringsbehandling vid vulvodyni

Vulvodyni drabbar omkring 15% av kvinnor i barnafödande ålder. Trots stort lidande i form av smärta, men även psykologiska och relationella konsekvenser, vittnar forskningen kring vulvodyni om långa ställtider till korrekt diagnostisering och tillgång till vård. Föreläsningen berör psykologisk behandling för vulvodyni utifrån de riktlinjer Socialstyrelsen utkom med 2022. Ett pågående forskningsprojekt där multimodal behandling för vulvodyni utvärderas används i presentationen för att konkret exemplifiera specifika komponenter som exponering, vilket är en central del av behandlingen.

Linnéa Engman är leg. psykolog, forskare och lektor vid Örebro universitet. Linnéa är även klinisk forskare vid smärtmottagningen på S:t Görans sjukhus och affilierad till Karolinska Institutet. Linnéa forskar inom området långvarig smärta med ett specifikt fokus på kvinnohälsa och smärttillstånd så som vulvodyni och endometrios.

16.15 Avslutning

Dag Strömberg, föreningens ordförande, avslutar dagen.

ANMÄLAN

Kostnad: För deltagande på plats 550 kr. För deltagande via Zoom 500 kr.

Medlemmar i SWABA: 400 kr för deltagande på plats och 350 kr för deltagande via Zoom.

Medlemskap: 150 kr per år (12 månader från betalningsdatum).

För att endast delta vid årsmötet (utan föreläsningar och fika) behöver du inte betala något utöver medlemsavgiften. Behov av specialkost? Meddela info@swaba.se

Notera att vi inte har möjlighet att skriva intyg om deltagande.

Anmäl dig **senast torsdag 12 mars** via **www.swaba.se**

VÄLKOMMEN!

Version 2026-03-06, se www.swaba.se för eventuella uppdateringar.