4 Samarbejde med primærbehandler alene

+ Fordele

Større fleksibilitet

Man undgår at blive involveret i andre menneskers sygehistorier

Man forbliver i en tæt relation med én behandler

Tidsforbrug?

Problemer holdes i en lille kreds

÷ Ulemper

Tidsforbrug?

Færre mennesker, færre ideer og færre perspektiver

Man går glip af andres erfaringer

Ingen praktisk træning

Vedlige-holdende mønstre kan holdes skjulte

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Kickstart / Dagindlæggelse - for forældre

+ Fordele

Et intensivt behandlingsboost

Man får træning i måltider

Flere mennesker, flere ideer og nye perspektiver

Afdække og bryde vedlige-holdende mønstre

Skabe netværk, bryde social isolation

Kilde: Asen og Sholtz: Flerfamilieterapi

÷ Ulemper

Tidsforbrug?

Synliggørelse af familiens udfordringer

Det er udfordrende og krævende

Symptombilledet kan ændre sig

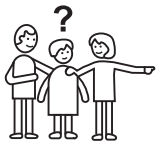
BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Kickstart / Dagindlæggelse - for de unge

+ Fordele

Møde andre unge med lignende problemer

Flere ord for svære følelser



Man kan lære nyt om sig selv via andre

Ens forældre bliver bedre til at støtte og forstå

Man får støtte fra andre unge

Ensomheds-følelse kan mindskes

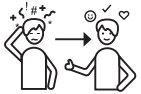
÷ Ulemper

Udfordrende at spise med andre

Man kan føle sig udstillet, især den første dag

Man kan være bange for at miste kontrollen

Man skal tage fri fra....



Man kan lære af andre

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Gruppeterapi

+ Fordele

Udvikle sig i fællesskab med andre

Behandlingsfokus på andet end spiseforstyrrelses-symptomer

Mødes med andre med lignende udfordringer

Lære noget om sig selv via andre

÷ Ulemper

Det kan være udfordrende at være sammen med andre, der har en spiseforstyrrelse

Fast fremmøde tidspunkter

Det kan være udfordrende at tale om sine problemer med andre

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Kostplan

+ Fordele

Hensigtsmæssig sammensætning af næringsstoffer

Tydelig struktur og oplevelse af kontrol, mindre forhandling

Balanceret vægt-indhentning

Mulighed for at flytte fokus væk fra maden

Træning af appetit-baseret spisemønster

÷ Ulemper

Kostplanen kan være svær at komme af med igen

Detaljeorienteret og begrænsende

Planen kan være angstprovokerende og give anledning til konflikter

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Ingen kostplan

+ Fordele

Forældrenes autoritet bliver styrende

Man kan bedre fastholde familiens måltidsmønstre og spisevaner

Man kan føle sig mere fri

÷ Ulemper

Risiko for at spiseforstyrrelsen fortsat bliver det styrende princip

Flere konflikter?

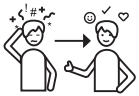
Mange tvivlsspørgsmål

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Medbehandlerkursus

+ Fordele

Man får viden, man måske ikke ved, man får brug for



Nye handlemuligheder overfor vedligeholdende mønstre

Flere mennesker, flere ideer og flere perspektiver

Samvær med andre pårørende i samme situation

÷ Ulemper

Det tager tid i en travl hverdag

Synliggørelse af familiens udfordringer

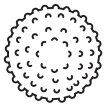
Det kan være udfordrende at se på sig selv og fortælle om sin egen familie

Det kan være svært at komme hjemmefra

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Kropsterapi

+ Fordele



Dæmper rastløshed og uro

Mindsker smerter og kropsligt ubehag

Øger kontakt til egen krop og sig selv

Positive kropsop-levelser og bevæge-glæde

Fremme mere realistisk krops-opfattelse

At man ikke skal samtale

÷ Ulemper

Øget tidsforbrug og kræver flere aftaler

Kan føle sig udstillet, meget synlig/sårbar

Kan kræve hjemme-arbejde

Kan være svært at være i rolige øvelser

Det kan være angst-provokerende at mærke egen krop

Ubehag ved berøring

BESLUTNINGSHJÆLPER™
preview

4 Aktivitetstrappe

+ Fordele

Tryghed i at der er taget hensyn til somatisk status

Overskueligt og skemalagt

Kan bedre holde ud at være i ro

Motiverende for vægt-indhentning

Støtte til at opnå sunde motionsvaner

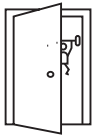
÷ Ulemper

Fastholde ufleksibel træningspraksis (bestemt aktivitet på bestemt tidspunkt)

Fastholde fornemmelsen af at træning er nødvendig for vægtindhentning

Kan fastholde ikke lyst-præget men 'skal' tilgang til træning

Vedligeholde afhængighed af træning



Risiko for hemmelige aktiviteter

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Patienthistorier - Medbehandlerkursus

Vi har brug for al den viden og alle de redskaber vi kan få.

Mor til Louise 15 år

Jeg er alene med min datter, jeg har svært ved at se, hvordan jeg kan få det til at hænge sammen.

Mor til Caroline 12 år

Jeg håber meget, at mine forældre kommer til at forstå mig bedre og forstå, hvorfor jeg reagerer som jeg gør.

Jasmin 15 år

Jeg er bange for, at de kommer hjem og prøver med et eller andet, som slet ikke appellerer til mig.

Anna 16 år

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Patienthistorier - Gruppeterapi

Jeg tolker ikke længere andres udtalelser så negativt.
Før jeg startede i gruppen ledte jeg altid efter kritik.

Alberte 18 år

Jeg er vildt bange for at sige noget, bange for at de andre er tyndere end mig, at jeg ikke passer ind og vil komme til sige det forkerte.

Line 17 år

Jeg er blevet bedre til at dele mine tanker og sætte ord på mine følelser.

Line 16 år

Det er en ulempe, at tiderne en fastlagt på forhånd.

Anne 15 år

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Patienthistorier - Kickstart

Vi har brug for al den hjælp vi kan få, så selvfølgelig siger vi ja til det her forløb

Mor til 14 årig pige

Jeg tror lige vi ser tiden an sammen med vores behandler, og vurderer hvordan det hele udvikler sig.

Far til 17 årig dreng

Jeg glæder mig til at tale med andre, der har det lige som jeg har.

Patient 14 år

Jeg synes det er helt vildt pinligt, at man skal spise sammen med nogen, man ikke kender.

Patient 17 år

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Patienthistorier - Kropsterapi og Trappetræning

Fordele - Kropsterapi:

Det er ikke en byrde at skulle til fysioterapi på samme måde som samtaler kan være det. Det giver afslapning og ro i kroppen, og mine aggressioner kommer ud.

Pige, 19 år

Ulemper - Kropsterapi:

Det er svært at være i indre kontakt med sig selv. Nogle gange går øvelserne bare for langsomt.

Pige, 19 år

Fordele- Trappetræning:

Det er et godt og motiverende redskab i min behandling i forhold til vægtindhentning – der er noget at se frem til.

Pige, 15 år

Ulemper - Trappetræning

Jeg ville gerne have haft lidt mere indflydelse på de første trin på trappen, selvom jeg godt ved, at det hænger sammen med, hvor fysisk jeg er.

Pige, 15 år

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

Oversigt over et behandlingsforløb – Behandlingselementer og igangsætningstidspunkter

Behandlingsstart → ← Behandlingsafslutning

- Fokus på symptomreduktion. Forældre overtager kontrollen med symptomerne.
- Fokus på relationer til sig selv, til andre og til spiseforstyrrelsen.
- Fokus på opretholdelse og udvikling af aldersvarende selvstændighed. Tilbagefaldsforebyggelse.

KONTINUERLIG SAMARBEJDE MED PRIMÆRBEHANDLER:
Behandlingskoordinering, kontrol af fysisk tilstand, arbejde med motivation, familie- og individuelle samtaler etc.

DIÆTISTVEJLEDNING: Vejledning i madplaner og næringsstoffernes betydning.

KICKSTART. DAGINDLÆGGELSESFORLØB: Intensivt kursusforløb for 4-7 patienter, familier og evt. netværk med fokus pa spisevægring og symptomhåndtering.

FYSIOTERAPI: For patienter med fokus på sunde motionsvaner og realistisk kropsopfattelse.

MEDBEHANDLERKURSUS: Kursus for forældre og andre voksne ressourcepersoner

GRUPPEBEHANDLING: Forskellige gruppeterapeutiske aktiviteter for de unge spiseforstyrrelsesramte.