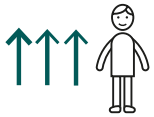
# 4 Samarbejde med primærbehandler alene

## + 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

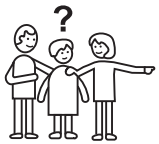
## + Fordele



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



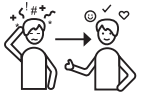
Man kan føle sig udstillet, især den første dag



Man kan være bange for at miste kontrollen



Man skal tage fri fra....



Man kan lære af andre

FORSLUTNINGSHJÆLPER™ 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

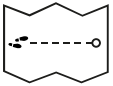
BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

# 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

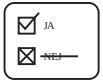


Træning af appetit-baseret spisemønster

## ÷ 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

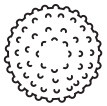


Det kan være svært at komme hjemmefra

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)



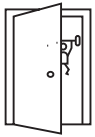
Fastholde fornemmelsen af at træning er nødvendig for vægtindhentning




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.