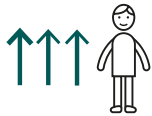


4

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

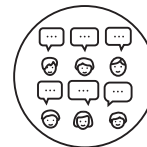
÷ Ulemper



Tidsforbrug?



Færre mennesker, færre ideer og færre perspektiver



Man går glip af andres erfaringer



Ingen praktisk træning



Vedligeholdende mønstre kan holdes skjulte



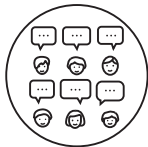
+ Fordele



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



+ Fordele



Møde andre
unge med
lignende
problemer



Flere ord for
svære
følelser



Man kan lære
nyt om sig
selv via andre



Udfordrende at spise
med andre



Man kan føle sig
udstillet, især den
første dag



Ens forældre
bliver bedre til
at støtte og
forstå



Man får støtte
fra andre
unge



Ensomheds-
følelse kan
mindskes



Man kan
være bange
for at miste
kontrollen



Man skal tage
fri fra....



Man kan lære
af andre

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

4

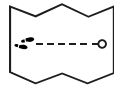
Kostplan



+ 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

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



+ 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

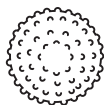


Det kan være svært at komme hjemmefra

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



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



Ubeknag ved
berøring

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 vægtindhentning



Støtte til at opnå sunde motionsvaner

÷ Ulemper



Fastholde ufleksibel træningspraksis (bestemt aktivitet på bestemt tidspunkt)



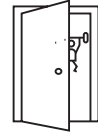
Fastholde fornemmelsen af at træning er nødvendig for vægtindhentning



Kan fastholde ikke lystpræget men 'skal' tilgang til træning



Vedligeholde afhængighed af træning



Risiko for hemmelige aktiviteter

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

BESLUTNINGSHJÆLPEN™
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

BESLUTNINGSHJÆLPENTM
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

BESLUTNINGSHJÆLPEN™
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


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 næringsstofferne betydning.

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

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

MEDBEHANDLERKURSUS: Kursus for forældre og andre voksne ressourcepersoner

GRUPPEBEHANDLING: Forskellige gruppeterapeutiske aktiviteter for de unge spiseforstyrrelsesramte.

