

Metodeudvikling

Forløbet er udviklet i projekt med bevilling fra socialministeriet, som en del af den øgede indsats for at forbedre behandlingsmulighederne for personer med spiseforstyrrelser; herunder øge samarbejdet mellem det offentlige og det private regi.

Projektets metodemæssige formål:

- At synliggøre betydningen af en tværfaglig indsats og et varmt socialt miljø med mennesker i en tilsvarende situation.
- At beskrive temaer, der ofte går igen hos personer med spiseforstyrrelser og vise forskellige muligheder for at arbejde med dem.

Teamet bag forløbet består af:

Psykiater Jens Frydenlund

Cand.psych. Athina Delskov HD(O)

Ledende psykoterapeut Theresa Abegg K.

Ledende psykoterapeut Karen Bro

Krops-psykoterapeut Lise Benthien

Ernæringsterapeut Carmen Villefrance

Vi forudsætter, at deltagerne har kontakt til egen læge



ABEGG & BRO
Center for spiseforstyrrelser

Tilbyder terapi, rådgivning og kurser i
Baggesensgade 9, 2200 København N. tlf.: 4824-9824
www.abeggbro.dk - Giro 1697 1472



ABEGG & BRO
Center for spiseforstyrrelser

Terapiforløb for personer med

SELVSKADE

Cutting og anden selvskadende
adfærd

Metode udviklet med
bevilling fra socialministeriet

Vi går ind for individuelt tilpassede forløb ud fra behov, evne og motivation. Vores formål er at tilbyde den indsats, der passer bedst.

Hvem kan deltage

Personer fra 14 år og opefter, der har selvskadende adfærd

Udbytte

Projektet skal øge deltagernes forståelse af sig selv og selvskadens funktion i deres liv samt understøtte en proces, der muliggør et hverdagsliv, der ikke styres af destruktivitet.

Indhold

- 23 gange individuel terapi
- 1-3 gange individuel ernæringsterapi
- 3-7 gange kropsterapi/kropsbehandling
- 2 gange pårønderrådgivning
- Sociale aktiviteter under Væksthuset som efterværn

Aktiviteterne placeres, så deltageren kan passe uddannelse/job samtidig. Der er 1 eller 2 aktiviteter pr. uge

Individuel tilpasning

Forløbet har en ensartet grundplan for alle deltagere, dog således at der kan ske tilpasning efter behov.

Evaluering og statusrapport

Forløbet indebærer evaluering ved start og afslutning. Statusrapport kan udarbejdes for den enkelte deltager til brug for planlægning af fremtidige tiltag.

Nye klienter starter løbende.

Individuel terapi

Det negative livssyn og det skæve livsstils mønster ændres bl.a. via arbejde med dybe identitetsprocesser. Sammenhængen mellem livshistorien og udviklingen af selvskadende adfærd beskrives. Følelsesforløsning i forbindelse med livsangst og traumer kan finde sted. Nye handlemuligheder udvikles og afprøves.

Kropsterapi/kropsbehandling

God kontakt med egen krop er en vigtig forudsætning for at opbygge en stabil selvværds-følelse. Mange med en selvskade har brug for at (gen)etablere denne kropskontakt/kropsbevidsthed indefra.

Individuel ernæringsterapi og kostvejledning:

Sætter fokus på madens påvirkning af den psykiske tilstand. Der vejledes i ernæring og kosttilskud, som stabiliserer psyken, understøtter hjerne og nerve-, immun- og hormonsystem.

Pårønderrådgivning

Det er vigtigt at forældre og andre nære pårørende får den rette forståelse af den situation, deres familie befinder sig i. Det hjælper til mere hensigtsmæssige reaktioner, og til at fastholde egen styrke og indre ressourcer.

Væksthuset

Selvskade og krise kan indsnævre din kontaktflade. Inspiration kan åbne for omverdenens nærende og sjove og sociale oplevelser. Derfor tilbydes sociale aktiviteter og undervisning på små hold (primært efterværn)