

Metodeudvikling og Væksthus

Abegg & Bros udviklingsprojekter
i arbejdet med spiseforstyrrelser
i perioden 2004 til 2009

En efterundersøgelse

Februar 2011

**Kasper Schultz og
John.M.Nielsen**

1. Undersøgelsens hovedresultater	4
1.1. Den kvantitative undersøgelse	4
1.2. Den kvalitative undersøgelse	4
2. Abegg og Bro – Center for spiseforstyrrelser	6
3. Om undersøgelsen	7
3.1. Baggund	7
3.2. Formål	10
4. Den kvantitative undersøgelse	11
4.1. Målgruppe og spørgeramme	11
4.2. Undersøgelsens datagrundlag	11
4.2.1 Respons	12
4.3. Metodiske valg	12
4.3.1 Baggrundsdata	12
4.3.2 Data fra efterundersøgelsen	13
4.4. Baggrundsoplysninger om klienterne	13
4.4.1. Alder	13
4.4.2. Spiseforstyrrelsens art.....	14
4.4.3. Udvikling i spiseforstyrrelsens grad	15
4.4.4. Klienternes oplevede udvikling	16
4.5. Vurdering af undersøgelsens validitet.....	17
5. Undersøgelsens resultater	19
5.1. Klienternes fortsættelse af helbredsprocessen	19
5.1.1 Udvikling fordelt efter aldersgrupper	20
5.1.2 Udvikling fordelt efter spiseforstyrrelsens art.....	20
5.1.3 Udvikling fordelt efter opnået udvikling i forløbet	21
5.1.4 Udvikling fordelt efter terapivarighed	21
5.1.5 Konklusion omkring klienters fortsættelse af helbredelse efter endt forløb	22
5.2. Klienternes vurdering af egen udvikling efter endt forløb	22
5.2.1 Kommentarer til klienternes udvikling samlet set	23
5.2.2 Kommentarer til klienternes psykiske udvikling	23
5.2.3 Kommentarer til klienternes sociale udvikling	24
5.2.4 Kommentarer til klienternes fysiske udvikling	24
5.2.5 Oplevet udvikling fordelt efter alder	24
5.2.6 Oplevet udvikling fordelt efter spiseforstyrrelsens art	25
5.2.7 Oplevet udvikling fordelt efter klientens udvikling i forløbsperiode	26
5.2.8 Oplevet udvikling fordelt efter terapivarighed	26
5.2.9 Konklusion om klienternes oplevede udvikling efter endt forløb	27
5.3. Vurdering af behandling og behandlingens betydning for udviklingen	27
5.3.1 Kommentarer til vurdering af behandlings betydning for samlet udvikling	28
5.3.2 Kommentarer til vurdering af behandlings betydning for psykisk udvikling	28
5.3.3 Kommentarer til vurdering af behandlings betydning for social udvikling	29
5.3.4 Kommentarer til vurdering af behandlings betydning for fysisk udvikling	29
5.3.5 Konklusion omkring behandlingens betydning for klienternes udvikling	29
5.4. Udbytte ved deltagelse i aktiviteter med andre i tilsvarende situation	29
5.4.1 Kommentarer til deltagelse i aktiviteter med andre i tilsvarende situation	29
5.5. Samlet tilfredshed med behandling hos Abegg & Bro	30

5.5.1 Tilfredshed med forløb fordelt efter aldersgrupper.....	30
5.5.2 Tilfredshed med forløb fordelt efter spiseforstyrrelsens art	30
5.5.3 Tilfredshed med forløb fordelt efter udvikling i forløbsperiode ...	31
5.5.4 Tilfredshed med forløb fordelt efter terapivarighed	31
5.5.5 Kommentarer til klienternes tilfredshed med behandling	32
5.5.6 Forhold med særlig betydning for udbytte ved behandlingen	32
5.6. Klienternes udvikling i BMI	32
6. Den kvalitative undersøgelse	34
6.1. Om undersøgelsen.....	34
6.1.2. Spørgeramme	34
6.2. Om de interviewede klienter	35
7. Deltagernes oplevelse af forløbets betydning	37
- Det personlige niveau -.....	37
7.1. Det personlige niveau	37
8. Deltagernes oplevelse af forløbets betydning	41
- Det sociale niveau -	41
8.1. Det sociale niveau	41
8.1.5. Anerkendelse	43
9. Deltagernes oplevelse af forløbets betydning	45
- Det samfundsmæssige niveau -.....	45
9.1. Det samfundsmæssige niveau.....	45

Bilag

1. Undersøgelsens hovedresultater

1.1. Den kvantitative undersøgelse

Denne undersøgelse er gennemført blandt klienter, der har gennemført et forløb ved Abegg & Bro i perioden 2004 – 2009. Formålet er at undersøge hvordan det gæet klienterne efter endt forløb og hvordan de i dag vurderer forløbet.

Der er blevet udsendt spørgeskemaer til 116 tidligere klienter og der er modtaget svar fra 66, svarende til 57%. De tidligere klienter, der har deltaget i undersøgelsen, adskiller sig fra gennemsnittet, ved at have gennemgået en relativt mere positiv udvikling i forbindelse med forløbet.

Klienterne oplever at de har fortsat den positive udvikling efter endt forløb, både hvad angår spiseforstyrrelsens grad og på det sociale-, psykiske- og fysiske område.

Der er i dag 67% af klienter, der har et BMI indenfor normalvægten, hvilket kun var gældende for 52% af klienterne ved forløbsstart.

Klienterne udtrykker stor tilfredshed med forløbet. Det er særligt relationen til terapeuten, der vurderes at have bidraget til den positive udvikling. Men også den trygge atmosfære og samspil mellem individuel terapi og gruppeterapi, vurderes at have været af betydning for den positive udvikling.

Det er i høj grad de ældre klienter, der oplever at have gennemgået en positiv udvikling, og at denne særligt har gjort sig gældende på det psykologiske område. Måles effekten dog på udvikling i spiseforstyrrelsens grad og gennem vægt, er det blandt de yngre klienter med diagnosen Anoreksi, at der kan identificeres den største udvikling.

1.2. Den kvalitative undersøgelse

De 15 deltagere som er blevet interviewet i den kvalitative del af undersøgelsen har alle oplevet en positiv betydning af deres deltagelse i forløbet. Den positive betydning af forløbet opleves både på det personlige, det sociale og det samfundsmæssige niveau.

13 af de 15 har oplevet, at den positive udvikling også er fortsat efter forløbets afslutning. To oplever, at forløbet betød en forbedring af deres situation, men at der ikke er sket en yderligere udvikling efter afslutningen af forløbet.

14 af de 15 interviewede fortæller, at de ikke længere oplever, at spiseforstyrrelsen har indflydelse på deres hverdagsliv. Med dette mener de, at spiseforstyrrelsen ikke længere er afgørende for hvad de foretager sig, og hvad de vælger at foretage sig.

På det personlige niveau fremhæver deltagerne, at udviklingen har betydet, at de har fået et ændret forhold til spiseforstyrrelsen, mad og spisning.

Forløbet har betydet, at de har ændret deres opfattelse af sig selv og har fået et større selvværd. Generelt beskriver deltagerne en udvikling, hvor

de, med den individuelle terapi som det centrale har fået en større selvindsigt og mere selvværd. Det har medført, at de nu er bevidste om de signaler, som kan fortælle dem, at de skal være opmærksomme på sig selv og deres krop. Det har givet dem grundlag for at udvikle personlige strategier, der gør det muligt for dem at mestre følelser og situationer, som tidligere "væltede dem".

Flere af deltagerne oplever, at de er blevet mere rolige og mindre angstede og har fået mere mod på tilværelsen og oplever at have flere handlemuligheder end tidligere.

På det sociale niveau oplever deltagerne sig styrket, så de fremstår med en større autencitet og personlig autoritet end tidligere. De har fået en større åbenhed i forhold til omgivelserne og oplever, at det har en positiv betydning i deres sociale relationer.

For nogle af deltagerne har udviklingen betydet, at de er blevet i stand til at sige fra, når omgivelserne søger at fastholde dem i rollen som "særlige" og "syge".

Den øgede selvindsigt og det større selvværd betyder, at flere af deltagerne ændrer adfærd i forhold til omgivelserne. De kan sige til og fra og sætter sig tydeligere igennem end tidligere. For nogle har det betydet et tab af relationer, som de tidligere har haft. I stedet har de fået nye relationer, som deltagerne oplever som mere ligeværdige end de tidligere.

På det sociale niveau oplever deltagerne også, at udviklingen har givet dem en større handlefrihed end tidligere. For flere af deltagerne har det sammenhæng med, at de anvender de redskaber, som de i samarbejde med terapeuterne, udviklede under forløbet.

De forandringer, som deltagerne oplever på det personlige og sociale niveau, slår også igennem på det samfundsmæssige niveau for 13 af de 15 deltagere.

De oplever, at de i deres arbejde og på studiet er blevet i stand til at tage ansvar og leve op til de krav, som de mødes med. Det skyldes blandt andet at de er blevet i stand til at skille det personlige fra det professionelle.

Tre af deltagerne mener, at forløbet har været afgørende for, at de har kunnet vende tilbage til arbejdet igen. For to andre har forløbet betydet, at den ene har kunnet fastholde sit arbejde, mens den anden har kunnet gennemføre sit studium.

Flere af deltagerne beskriver, at de nu har fået et andet og mere reelt forhold til deres kolleger og medstuderende. De

Resultaterne i den kvalitative undersøgelse bekræfter i øvrigt det som fremkom i den kvantitative, hvad angår deltagernes tilfredshed med forløbet og deres vurdering af den positive og afgørende betydning, de tillægger relationen til terapeuterne.

2. Abegg og Bro – Center for spiseforstyrrelser

Abegg & Bro er et privat ambulanscenter for terapeutisk hjælp til mennesker med spiseforstyrrelser og selvskaede. Centret har speciale i spiseforstyrrelser, identitet og selvværd.

Centret har fungeret siden 1998, først under navnet "Svanen" og senere under navnet Abegg & Bro - center for spiseforstyrrelser. Det er beliggende på Nørrebro i København, men har også behandlingsadresser i Helsingør og Møløse.

Centret har gennem sin praksis siden 1998 opbygget en indgående erfaring med spiseforstyrrelser ud fra arbejdet med over 350 klienter og for 45% vedkommende tillige med deres pårørende. (hvor gammelt er det tal?)

I sin praksis repræsenterer centret et tilbud om en række ydelser som spænder fra individuel terapi over gruppeforløb, telefonrådgivning, rådgivning af pårørende samt familiesamtaler til konsulentbistand, undervisning og supervision.

Centret samarbejder med flere kommuner, praktiserende læger og sundhedsplejersker i København og i Frederiksberg amt. Stedet har tilknyttet en virksomhedsansvarlig læge og samarbejder med en række specialiserede behandlere for eksempel inden for ernæringsterapi, psyko-motorisk afspænding, kropsterapi, zoneterapi med videre, alle med erfaring med spiseforstyrrelser.

Stedet har følgende formål:

- At give et helhedsorienteret terapiforløb med langsigtet virkning og i så hjemlige omgivelser som muligt.
- At udvikle en tværfaglig behandlingsstrategi.
- At etablere samarbejde mellem det offentlige behandlingsregi, det private regi og patientforeninger i forhold til personer med spiseforstyrrelser.
- At støtte de pårørende i forløbet via rådgivning, foredrag og kurser.
- At give et bredt spekter af muligheder for rådgivning, undervisning, foredrag og kurser til pårørende, studerende, fagfolk og andre interesserede.

Yderligere informationer om Abegg & Bro, Center for spiseforstyrrelser kan findes på adressen www.abeggbro.dk

3. Om undersøgelsen

3.1. Baggund

I årene 2004 til 2010 har Abegg & Bro gennemført tre udviklingsprojekter. Projekterne skulle metodemæssigt:

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

Det første projekt blev gennemført i årene 2004 – 2005. Det næste i årene 2006 til 2007 og det sidste i årene 2007 til 2010.

Det første og det andet projekt kan indholdsmæssigt betragtes som sammenhængende i den forstand, at erfaringerne fra det første projekt blev udbygget og uddybet i det andet projekt. I det første projekt blev der arbejdet med to målgrupper – "Spiseforstyrrelser" og "Efterværn".

Det andet projektet blev udvidet med en ny gruppe klienter – "svære spiseforstyrrelser", så der nu var tre grupper.

Formålet med begge projekter var at udvikle metoder i behandling af spiseforstyrrelser.

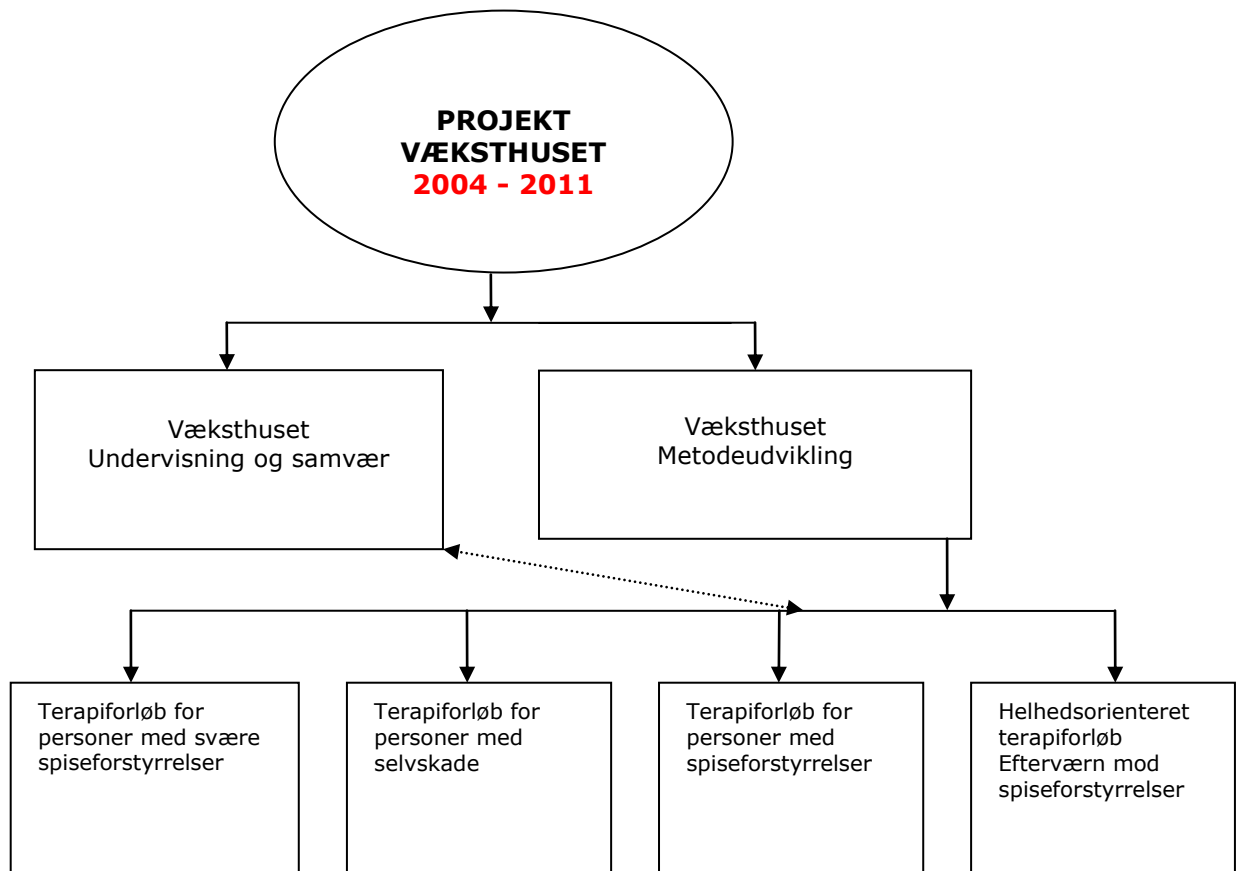
Opbygningen af projekterne var centreret omkring at tilbyde de tre målgrupper en kombination af ydelser, som skulle støtte den enkelte deltager i bestræbelserne på at komme ud af spiseforstyrrelsen.

Til hver af de tre målgrupper blev der som udgangspunkt opstillet et tilbud i form af en skabelon. Indholdet af skabelonen blev i projektføreløbet tilpasset individuelt i samarbejde mellem klienten og dennes terapeut. Den individuelle tilpasning skulle give mulighed for at skabe et "væksthus", som kunne give den enkelte de bedste muligheder for at komme ud af sin spiseforstyrrelse.

De tre skabeloner i det andet projekt indeholdt følgende indsatsområder:

"Spiseforstyrrelser"	"Efterværn"	"Svære spiseforstyrrelser"
23 x individuel terapi 6 lørdage med 4 timers undervisning i gruppe <i>eller</i> 8 x 2½ times kropsbevidsthed i gruppe 5 x individuel ernæringsterapi 3 x kulturelle/sociale aktiviteter 2 x pårønderrådgivning	15 x individuel terapi 8 x gruppeterapi <i>eller</i> 8 x kropsbevidsthed i gruppe 5 x individuel ernæringsterapi 7 x madlavning og spisning 3 x kulturelle/sociale aktiviteter 2 x pårønderrådgivning	23 x individuel terapi 10 x formiddagsgruppe 10 x fysisk behandling i form af zoneterapi 7 x individuel ernæringsterapi 2 x pårønderrådgivning 7 x pårønderrådgivning i gruppe

Det tredje projekt adskilte sig fra sig fra de to tidligere ved at indeholde både en metodeudviklings- og en undervisnings del, som vist nedenfor.



Projektet blev samtidig udvidet med endnu en målgruppe – "Selvskade" i kraft af de erfaringer, der var blevet gjort i de første to projekter.

Opbygningen af projektets indhold byggede videre på tankegangen fra det andet projekt om at skabe et "væksthus", som kunne give den enkelte de bedste muligheder for at komme ud af sin spiseforstyrrelse.

Der er derfor også i det tredje projekt taget udgangspunkt i opstillingen af nogle skabeloner, som så individuelt er blevet tilpasset i samarbejde mellem den enkelte deltager og dennes terapeut. Indholdet af de fire skabeloner ses nedenfor:

"Spiseforstyrrelser"	"Efterværn"	"Svære spiseforstyrrelser"
23 x individuel terapi 6 x 4 timers undervisning i gruppe <i>eller</i> 8 x 3 timers kropsbevidsthed i gruppe 7 x individuel ernæringsterapi 2 x pårørenderådgivning 6 x pårørenderådgivning i gruppe Aktiviteterne placeres, så deltageren kan passe uddannelse/job samtidig. Der er 1 eller 2 aktiviteter pr. uge	15 x individuel terapi 8 x gruppeterapi <i>eller</i> 8 x kropsbevidsthed i gruppe 5 x individuel ernæringsterapi 2 x pårørenderådgivning Sociale aktiviteter under Væksthuset – Undervisning og samvær Aktiviteterne placeres, så deltageren kan passe uddannelse/job samtidig. Der er 1 eller 2 aktiviteter pr. uge	23 x individuel terapi 15 x fysisk behandling/-kunstterapi 7 x individuel ernærings-terapi 2 x pårørenderådgivning 6 x pårørenderådgivning i gruppe Der er 1- 2 aktiviteter pr. uge.

"Selvskade"
23 gange individuel terapi 1-3 gange individuel ernæringsterapi 3-7 gange kropsterapi/kropsbehandling 2 gange pårørenderådgivning Sociale aktiviteter under Væksthuset som efterværn Aktiviteterne placeres, så deltageren kan passe uddannelse/ job samtidig. Der er 1 eller 2 aktiviteter pr. uge

Erfaringerne fra det første projekt er samlet i rapporterne "Spiseforstyrrelser og Efterværn – et metodeudviklingsprojekt i arbejdet med spiseforstyrrelser", Kasper Schultz og John.M.Nielsen, Konsulentkompagniet 2005

og

"Spiseforstyrrelser og Efterværn" – et metodeudviklingsprojekt i arbejdet med spiseforstyrrelser. Faglig rapport", Abegg & Bro 2005.

Erfaringerne fra det andet projekt er samlet i rapporten

"Projekt Væksthus - Abegg & Bros andet udviklingsprojekt i arbejdet med spiseforstyrrelser", september 2007, Kasper Schultz og John.M.Nielsen

Erfaringerne fra metodeudviklingsdelen af det tredje projekt fremstilles i rapporten

"Projekt Væksthus – Abegg & Bros tredje udviklingsprojekt med spiseforstyrrelser, Kasper Schulz og John.M.Nielsen, november 2009.

Undervisningsdelen af det tredje projekt afsluttes ultimo 2010 og vil blive samlet i en rapport efterfølgende.

3.2. Formål

Denne undersøgelse har til formål at følge op på, hvordan det er gået klienter, der har deltaget i metodeudviklingsforløb hos Abegg & Bro i perioden 2004 til 2009. Metodeudviklingsforløbet har været støttet af Socialministeriet/Velfærdsministeret og skal understøtte en øget indsats for at forbedre behandlingsmulighederne for personer med spiseforstyrrelser, herunder et øget samarbejde mellem offentlige og private aktører.

Formålet med indeværende undersøgelse er, at undersøge betydningen og effekten på sigt for de klienter, som har deltaget i de tidligere projektføløb.

Betydning og effekt tolkes i denne sammenhæng som udvikling i spiseforstyrrelsens grad og BMI i retning af helbredelse, og endvidere som den oplevede betydning og effekt hos de involverede klienter set på det personlige, sociale og samfundsmæssige niveau.

Der redegøres nærmere for de to evalueringsdeles design og metode i forbindelse med gennemgangen af disse.

4. Den kvantitative undersøgelse

4.1. Målgruppe og spørgeramme

Målgruppen for denne undersøgelse er de 116 klienter med spiseforstyrrelser, der har deltaget i projektførløbet i mere end 5 måneder og har deltaget i et af de tre indsatsområder, der blev udbudt via Abegg & Bro, som led i metodeudviklingsprojektet.

Der er for disse klienter, i forbindelse med deltagelse ved forløb hos Abegg & Bro, foretaget registreringer, der har dannet grundlag for den løbende evaluering, der er gennemført i projektet. De tidligere klienter har alle modtaget et spørgeskema, via mail eller brev i foråret 2010.

Spørgeskemaet er opbygget efter følgende tematiske opdeling:

1. Klienters fortsættelse af helbredelsesproces
2. Klienters vurdering af, hvordan det er gået efter behandling hos Abegg & Bro
3. Klienters vurdering af behandlingen og af behandlingens betydning

Spørgeskemaet består af to baggrundsspørgsmål om klienternes nuværende vægt og egen vurdering af spiseforstyrrelsens grad. De resterende spørgsmål i undersøgelsen er stillet som en kombination af lukkede skalaspørgsmål med mulighed for kvalitativ uddybning af svarene. Endelig afsluttes spørgeskemaet med en afdækning af klienternes deltagelse i, og vurdering af aktiviteter med andre i tilsvarende situation, samt en generel vurdering af udbytte ved forløbet ved Abegg & Bro.

Spørgeskemaet fremgår som bilag til denne rapport.

4.2. Undersøgelsens datagrundlag

Data i indeværende undersøgelse baserer sig på to datakilder:

1. Data fra besvarelserne i efterundersøgelsen indsamlet i forår/sommer 2010
2. Data fra de løbende evalueringer, der er gennemført i forbindelse med væksthuset

Spørgeramme og metode for den første datakilde er beskrevet ovenfor. For de løbende evalueringer, der er foretaget i forbindelse med projektet i perioden fra 2004-2009, gør sig det forhold gældende, at der gennem projektperioden løbende er foretaget revideringer af registreringsskemaer og kvalitativ spørgeramme, således er evalueringerne har afspejlet udviklingen i projektet.

I forbindelse med indeværende undersøgelse anvendes derfor gennemgående data, der er registreret for alle klienter uanset, hvilken forløbsperiode de har deltaget. Konkret anvendes følgende baggrundsdata fra de tidligere evalueringer:

- A. Klienternes alder
- B. Klienternes vægt ved forløb start og forløb afslutning

- C. Spiseforstyrrelsens art. Der sondres mellem diagnoserne Bulimi, Anoreksi og Overspiser¹.
- D. Spiseforstyrrelsens grad ved forløb start og forløb afslutning.
- E. Klienternes egen vurdering af udvikling i forbindelse med forløb hos Abegg & Bro

Metode til dataindsamling og evalueringernes resultater, fremgår af de tre evalueringsrapporter, der udarbejdet af Konsulentkompagniet og som er tilgængelige på Abegg & Bro's hjemmeside www.abeggbro.dk.

4.2.1 Respons

Der er i alt blevet udsendt 116 spørgeskemaer til klienter. Samlet er der modtaget 66 udfyldte spørgeskemaer, hvilket udgør en gennemførelsesgrad på 57%.

For to af klienter gjorde sig det forhold gældende, at der ikke er registreret data i forbindelse med forløbet hos Abegg & Bro, da forløbet blev afbrudt undervejs. En af disse klienter har besvaret efterundersøgelsen, men denne besvarelse indgår ikke i sammenligningen af målgrupperne, da de grundlæggende data mangler².

I de følgende afsnit redegøres for metodiske valg, der er knyttet til undersøgelsen og efterfølgende præsenteres baggrundsdata for deltagende klienter, som holdes op imod den samlede gruppe af klienter hos Abegg & Bro. I forlængelse af denne gennemgang foretages en vurdering af responsens betydning for undersøgelsens validitet.

4.3. Metodiske valg

I forbindelse med gennemførelsen af efterundersøgelsen, har det været nødvendigt at træffe en række metodiske valg, som der redegøres for i dette afsnit. Det er omkring de metodiske valg vigtigt, at sondre mellem de valg der knytter sig anvendelse af undersøgelsens baggrundsdata, der er udarbejdet i forbindelse med de løbende evalueringer, og håndtering af data fra selve efterundersøgelsen.

4.3.1 Baggrundsdata

En gennemgående udfordring i anvendelsen af baggrundsdata, knytter sig til det forhold, at en række af klienterne har deltaget i flere forløb ved Abegg & Bro. I denne undersøgelse videreføres principperne fra de foregående undersøgelsesrunder, hvilket betyder at klienter der gennemfører et gentaget forløb ved Abegg & Bro, kun indgår i det samlede datamateriale, som unik bruger gennem registreringer for det første forløb.

Derved sikres at data for de enkelte klienter bedst muligt kan sammenlignes, da der for alle klienterne tages udgangspunkt i den konkrete situation og tilstand de befandt sig i, ved forløbsstart hos Abegg & Bro.

¹ Selve datamaterialet er baseret på 5 diagnoser; Anoreksi Type 1, Anoreksi Type 2, Bulimi Type 1, Bulimi Type 2 og Overspiser. På baggrund af det relativt spinkle datagrundlag er Anoreksi Type 1 og Anoreksi Type 2 slået sammen i kategorien Anoreksi. Tilsvarende er Bulimi Type 1 og Bulimi Type 2 slået sammen i kategorien Bulimi. Kategorien Selvskade behandles selvstændigt afslutningsvis.

² Se også afsnit 1.4

I de løbende evalueringer, har klienter i gentagede forløb været behandlet selvstændigt og resultaterne for disse specifikke forløb fremgår af de tidligere rapporter. I denne undersøgelse støtter vurderingen af forløbslængden sig på data, der er angivet af terapeuterne omkring de enkelte klienters forløbslængde.

På linje med de tidligere evalueringer anvendes kun data for de klienter, der har gennemført forløbet. Der er således ikke integreret data fra klienter, der har forladt forløbet undervejs.

4.3.2 Data fra efterundersøgelsen

I forhold til data fra de løbende evalueringer, er der en udfordring knyttet til det forhold, at registreringen af spiseforstyrrelsens grad ved forløbsafslutning, er baseret på terapeuternes vurdering³. Dette har i forbindelse med gennemførelsen af efterundersøgelsen ikke været muligt at indhente på tilsvarende vis. I efterundersøgelsen angiver klienterne deres egen vurdering af spiseforstyrrelsens grad i dag. For disse data gælder, at der er knyttet en stor usikkerhed, når de sammenlignes med terapeuternes tilsvarende vurdering ved forløbsafslutning. For de fleste klienters vedkommende er der foretaget registreringer af egen vurdering af spiseforstyrrelsens grad ved forløbsstart og forløbsafslutning, men det er ikke i alle undersøgelsesrunder, at denne registrering har fundet sted, hvorfor variabelen ikke er gennemgående for alle klienter.

Der vil derfor i denne undersøgelse blive foretaget sammenligning mellem terapeutens vurdering af spiseforstyrrelsens grad ved forløbsafslutning og klientens egen vurdering af spiseforstyrrelsens grad i dag.

Endelig er der en metodisk udfordring knyttet til det forhold, at klienterne i undersøgelsen har afsluttet forløbet hos Abegg & Bro i perioden 2005-2009, hvilket medfører, at der er stor forskel for de enkelte klienter omkring, hvor lang tid der er gået fra forløbsafslutning, til gennemførelsen af efterundersøgelsen. I lyset af undersøgelsens formål er det besluttet, at udviklingen hos klienterne analyseres uafhængigt af, hvornår forløbet er afsluttet.

De metodiske valg er truffet i dialog mellem Abegg & Bro og Konsulentkompagniet ApS.

4.4. Baggrundsoplysninger om klienterne

I det følgende redegøres kort for klienternes fordeling på henholdsvis alder, spiseforstyrrelsens art, udvikling af spiseforstyrrelsens grad og klienternes egen vurdering af udvikling i forbindelse med gennemført forløb.

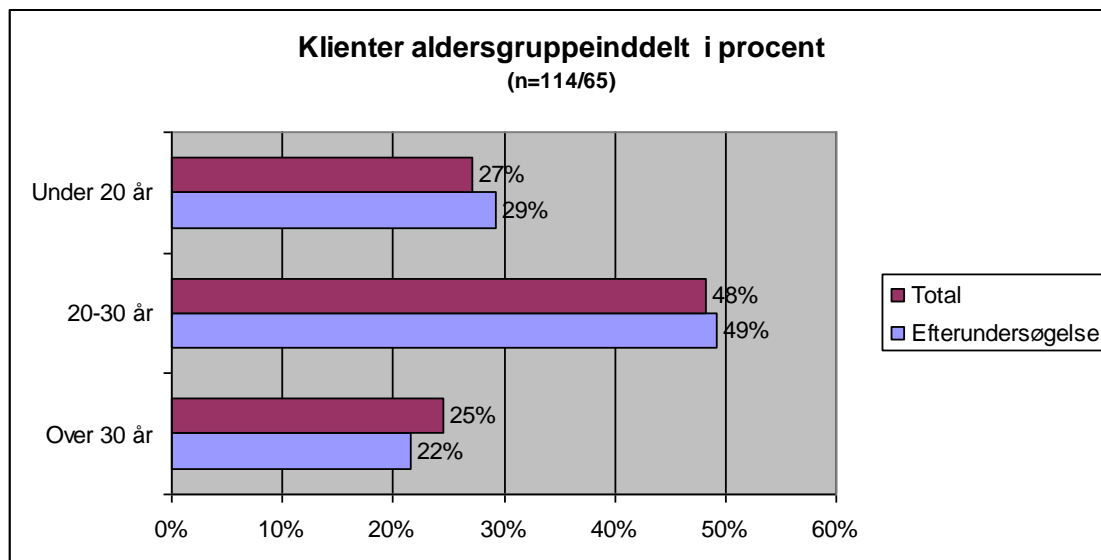
Materialet præsenteres, så der dels præsenteres samlede data for deltagerne i hele projektperioden fra 2004-2009, og at disse værdier sammenlignes med data for deltagerne i efterundersøgelsen.

4.4.1. Alder

Klienterne hos Abegg & Bro har fordelt sig indenfor et stort aldersspænd, idet den yngste er 14 og den ældste 58 år. Såvel ældste som yngste deltager har besvaret efterundersøgelsen.

³ For en uddybning af metode til registrering henvises til afsnit 1.5.3.

Den største klientgruppe er aldersgruppen 20-30 årige, der udgør 48% af Abegg & Bros klienter gennem hele projektperioden. Nedenfor er aldersfordelingen fremstillet grafisk, baseret på en aldersgruppering.

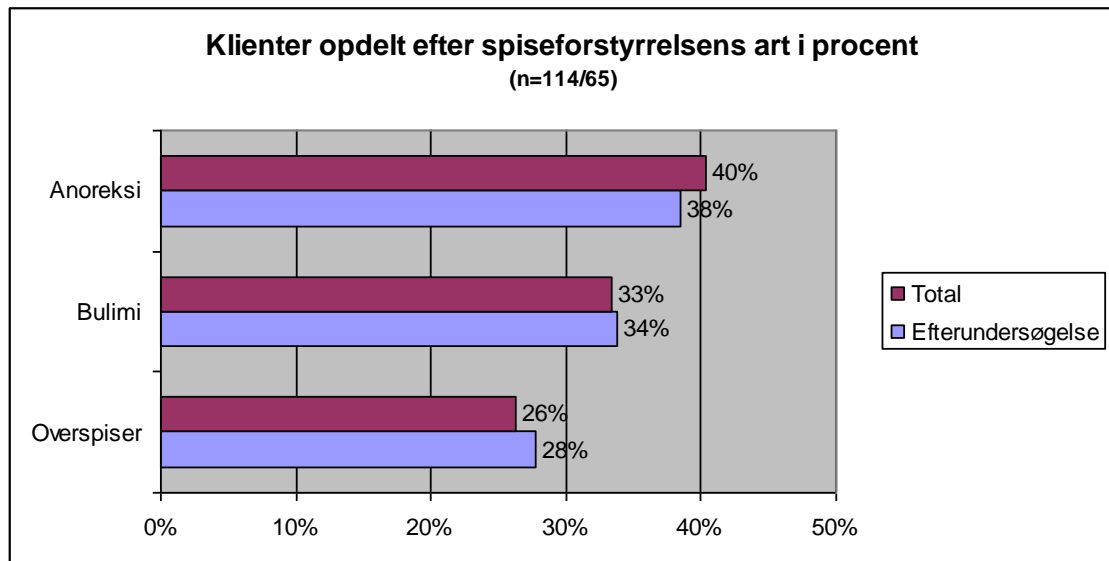


Klienters gennemsnitsalder har for hele projektforløbet været 25,21 år. Gennemsnitsalderen for klienterne der har deltaget i efterundersøgelsen er 25,15 år.

Der kan dermed identificeres en tendens til, at det i højere grad har været de yngre klienter, der har deltaget i efterundersøgelsen. Afvigelsen i forhold til det samlede antal af respondenter er dog meget begrænset, og der er dermed en god afspejling af klienternes alderssammensætning i datamaterialet for efterundersøgelsen.

4.4.2. Spiseforstyrrelsens art

På linje med de løbende evalueringer, sondres i denne analyse mellem arterne Bulimi, Anoreksi og Overspisere. Fordelingen af projektets klienter for hele projektperioden, samt for respondenterne i efterundersøgelsen, er gengivet nedenfor.



Som det fremgår af figuren har der været relativt flest klienter, der i hele projektperioden tilhører kategorien Anoreksi. Fordelingen af klienterne indenfor type af spiseforstyrrelse, har varieret en del igennem projektets forløb.

Fordelingen af klienter på spiseforstyrrelsens art afviger kun i begrænset grad, for de klienter, der har besvaret efterundersøgelsen 2010. Der er en marginal større respons i efterundersøgelsen fra Overspisere, mens der er tilsvarende mindre respons for gruppen af Anorektikere.

4.4.3. Udvikling i spiseforstyrrelsens grad

Behandlerne på Abegg & Bro har i gennem hele projektperioden 2004-2009 registreret spiseforstyrrelsens grad for de enkelte klienter ved hhv. forløbsstart og forløbets afslutning.

Registreringen er forgået i visitationsskemaet på en skala fra 1 til 5, ved hjælp af kriterier for behandlingsindsats af Anoreksi (AN) og Bulimi (BN)⁴. På denne skala er 1 udtryk for en let spiseforstyrrelse hos klienten og 5 er udtryk for, at klienten har en livstruende spiseforstyrrelse.

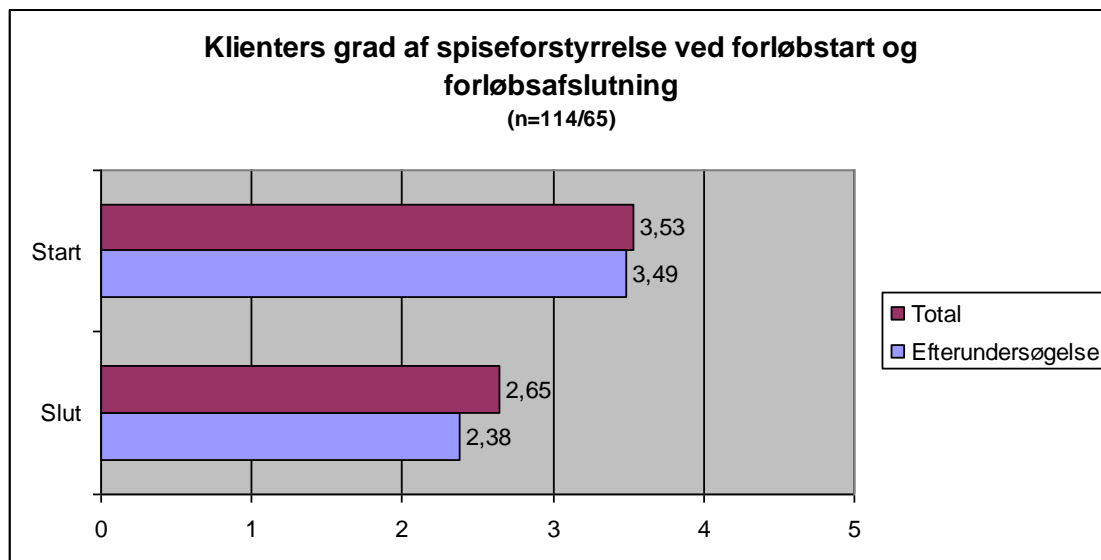
Registreringen af spiseforstyrrelsens grad er foregået i et forum blandt lederne af projektet, hvor primærterapeuten fremlægger klienten, der efterfølgende indplaceres på skalaen. Ved denne indplacering har Abegg & Bro benyttet de af Sundhedsstyrelsen anbefalede funktionsbeskrivelses-skemaer⁵. Da skemaet ikke eksisterer for diagnosen overspisere (BED),

⁴ "Practice guideline for the treatment of patients with eating disorders" (2nd ed.); pp. 20-24 og 141-142
American Psychiatric Association
Washington DC, 2000.

⁵ "Spiseforstyrrelser – Anbefalinger for organisation og behandling"; pp. 41-43
Udkast til høring
Sundhedsstyrelsen
København, 2003.

valgte Abegg & Bro at anvende kriterierne for Bulimi (BN) uden de vægtkompenserende elementer.

Nedenfor fremgår de akkumulerede resultater for alle klienter, der har deltaget ved Abegg & Bros projekt, sammenlignet med tilsvarende resultat for de klienter, der har besvaret efterundersøgelsen.



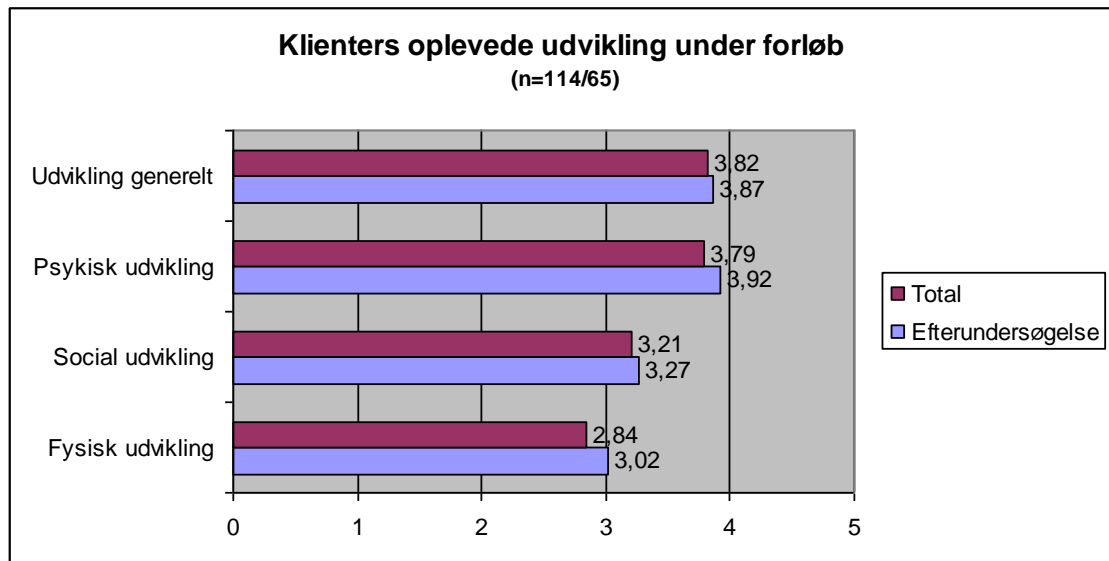
Klienter der har deltaget i projektet har således gennemsnitligt haft en positiv udvikling i forhold til spiseforstyrrelsens grad på 0,88 mens de har deltaget ved Abegg & Bro. Det tilsvarende tal for respondenterne i efterundersøgelsen er 1,11. Det er altså en markant forskel, der indikerer, at det i højere grad er klienter, der har undergået en positiv udvikling i forløbet hos Abegg & Bro, der har deltaget i efterundersøgelsen.

Der imod er der ikke markant forskel i selve spiseforstyrrelsens grad ved forløbsstart for gruppen, der har deltaget i undersøgelsen, sammenlignet med den samlede gruppe af klienter i projektet.

For hele projektperioden er der tale om et positivt resultat idet, at 68% af alle klienter har haft en positiv udvikling i forhold til spiseforstyrrelsens grad. For 30% af klienternes vedkommende har der ikke kunnet registreres en udvikling i spiseforstyrrelsens grad, mens der er 2% af klienterne har været tale om en negativ udvikling i spiseforstyrrelsens grad i forbindelse med forløbet hos Abegg & Bro. Resultaterne fremgår af figuren nedenfor.

4.4.4. Klienternes oplevede udvikling

Klienter i projektforsløb hos Abegg & Bro, har angivet deres egen vurdering af oplevet udvikling, dels generelt og dels på underkategorierne; "psykiske område", "sociale område" og "fysiske område". Den oplevede udvikling er målt på en skala fra 1-5, hvor 1 udtrykker "slet ingen" og 5 udtrykker "temmelig meget". Resultaterne er gengivet grafisk nedenfor:



Generelt kan det identificeres, at klienterne angiver, at have gennemgået en større udvikling generelt, end på de specifikke områder. Dette har også været en gennemgående tendens i alle de løbende evalueringer, der er gennemført i projektperioden. Interessant er det derfor, at respondenterne i efterundersøgelsen bryder dette mønster, idet de angiver at have gennemgået en større psykisk udvikling end gældende for udvikling generelt.

Endvidere fremgår det, at klienterne der har svaret på efterundersøgelsen i højere grad har oplevet en udvikling på såvel psykisk som fysisk, end gennemsnittet af samtlige klienter, der har deltaget i forløb hos Abegg & Bro i perioden 2004-2009.

4.5. Vurdering af undersøgelsens validitet

Som beskrevet i de indledende afsnit er der en række forhold, der har betydning for denne undersøgelses validitet. I alt 57% af de tidligere klienter har besvaret efterundersøgelsen. Klienterne, der har besvaret undersøgelsen, afspejler den samlede klientsammensætning for så vidt angår alderssammensætning og spiseforstyrrelsens art.

Til gengæld er respondenterne i efterundersøgelsen kendetegnet ved, i højere grad at have reduceret graden af egen spiseforstyrrelse i forbindelse med forløbet hos Abegg & Bro og ved, i højere grad at vurdere, at de i forbindelse med forløbet har gennemgået en positiv udvikling på forskellige parametre.

Det virker derfor oplagt, at de klienter der har haft et relativt mere udbytterigt forløb hos Abegg & Bro, har været mere motiverede for at deltage i undersøgelsen.

Det er derfor væsentlig at være opmærksom på, at undersøgelsens resultater primært kan anvendes til at fokusere på, hvilke indsatser der har bidraget til den positive udvikling for klienterne og hvilken udvikling klienterne efterfølgende har gennemgået.

Undersøgelsen er til gengæld ikke egnet til at fremkomme med resultater, der redegør for den samlede klientgruppes udvikling efter afsluttet forløb,

da der knytter sig store usikkerheder til disse resultater i det eksisterende datagrundlag.

5. Undersøgelsens resultater

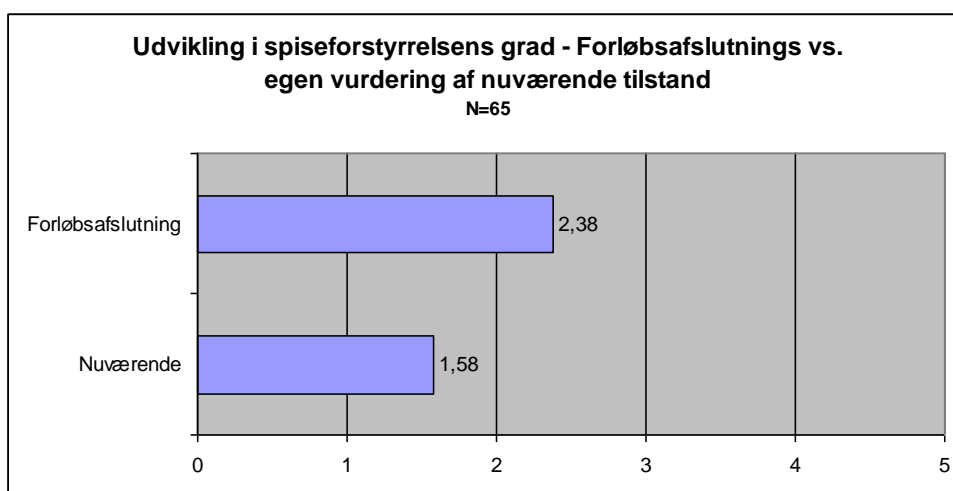
I det følgende præsenteres efterundersøgelsens resultater. Resultaterne formidles med udgangspunkt i fire fokusområder for efterundersøgelsen:

1. Klienters fortsættelse af helbredelsesproces
2. Klienters vurdering af, hvordan det er gået efter behandling hos Abegg & Bro
3. Klienters vurdering af behandlingen og af behandlingens betydning
4. Udvikling i BMI fra forløbsstart til 2010

Fokusområderne vil blive analyseret gennem en belysning af respondenternes svar på relevante spørgsmål for området. Hvor det er relevant, vil der blive gennemført analyse af resultaterne i forhold til baggrundsvariablene alder, spiseforstyrrelsens art, udvikling i spiseforstyrrelsens grad og terapivarighed.

5.1. Klienternes fortsættelse af helbredsprocessen

Et forhold der er oplagt at følge op på ved gennemførelsen af efterundersøgelsen blandt Abegg & Bros klienter er, hvordan udviklingen i spiseforstyrrelsens grad har været efter endt forløb. Dette spørgsmål belyses gennem en sammenligning af behandlerens angivelse af spiseforstyrrelsens grad ved forløbsafslutning med klienternes egen vurdering af spiseforstyrrelsens grad i dag. Resultatet for alle respondenter i efterundersøgelsen fremgår nedenfor.

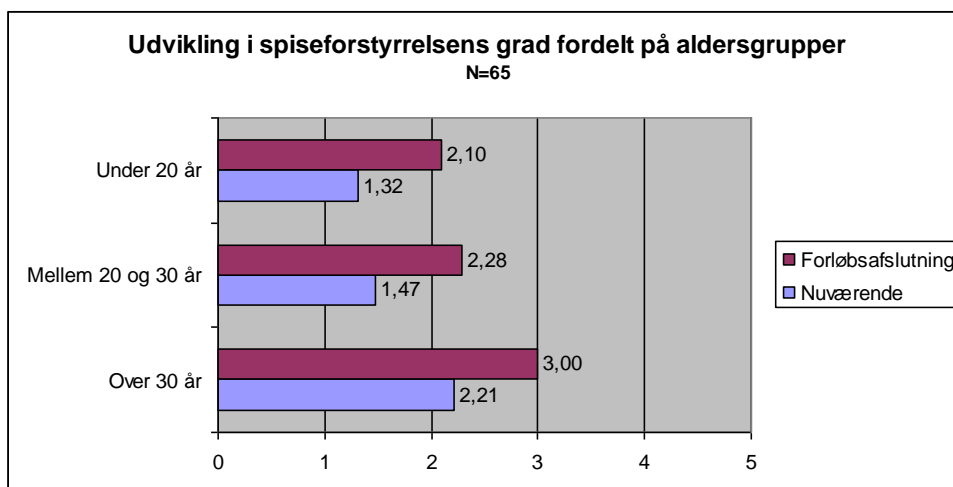


Som det fremgår ovenfor har klienterne fortsat den positive udvikling efter forløbet hos Abegg & Bro er afsluttet. Ifølge klienternes vurdering af nuværende grad af spiseforstyrrelse, er der siden afslutning af forløbet, gennemsnitligt sket en forbedring på 0,8, i forhold til de anvendte kriterier for vurdering af spiseforstyrrelsens grad.

Dette resultat viser, på trods af den usikkerhed der knytter sig til denne datasammenligning, at der er tale om en markant positiv fortsættelse af helbredsprocessen. I det følgende analyseres resultatet for forskellige segmenter af klienterne.

5.1.1 Udvikling fordelt efter aldersgrupper

Ved en opdeling af klienterne i aldersgrupper, fremkommer følgende resultat for udviklingen i spiseforstyrrelsens grad.

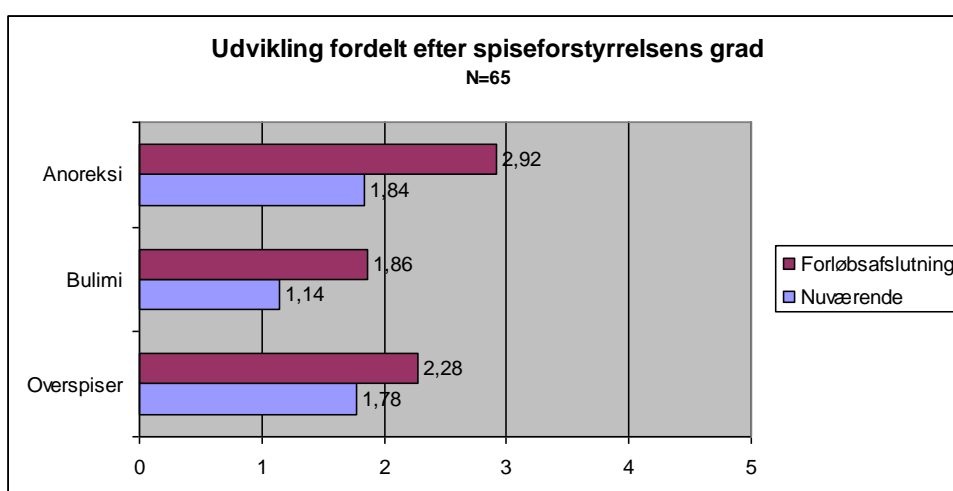


Som det fremgår af figuren, er der ret markante forskelle aldersgrupperne imellem i forhold til spiseforstyrrelsens grad ved forløbsafslutning. De yngre klienter har efter endt forløb typisk haft en lavere grad af spiseforstyrrelser, end hvad der gør sig gældende for klienter over 30 år.

Men for alle aldersgrupper gør sig gældende, at de har fortsat den positive udvikling i forhold til helbredelse efter afsluttet forløb. Der kan ikke identificeres markante forskelle aldersgrupperne imellem, omkring den efterfølgende udvikling i spiseforstyrrelsens grad.

5.1.2 Udvikling fordelt efter spiseforstyrrelsens art

Hvis der foretages en sammenligning af udviklingen efter endt forløb hos Abegg & Bro fordelt efter arten af klienternes spiseforstyrrelse, kan der identificeres større forskelle.



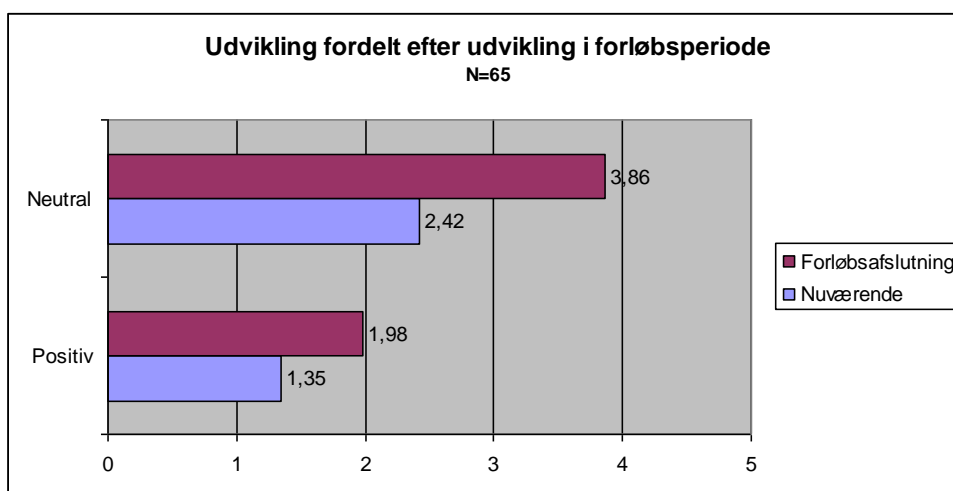
Som det kan aflæses af ovenstående figur, er det klienter med anoreksi, der har gennemgået den relativt største udvikling og dermed helbredelse, efter endt forløb. Det var ligeledes denne gruppe, der havde den højeste grad af spiseforstyrrelse ved forløbets afslutning.

Men der kan også identificeres en relativt stor positiv efterfølgende udvikling for gruppen af klienter med bulimi, der var den gruppe af klienter, der ved forløbsafslutning havde den laveste grad af spiseforstyrrelse.

For gruppen af klienter med diagnosen overspisere, gør sig gældende, at de også har haft en positiv udvikling efter endt forløb, men at denne udvikling ikke er lige så markant for de øvrige typer af spiseforstyrrelser.

5.1.3 Udvikling fordelt efter opnået udvikling i forløbet

Det er endvidere interessant at foretage en analyse af, hvorvidt det er de samme klienter, der havde oplevet en positiv udvikling i spiseforstyrrelsens grad i selve forløbet hos Abegg & Bro, der også har fortsat den positive udvikling efter forløbsafslutning.



Det viser sig, at der ikke kan drages den konklusion, at det er de klienter, der har gennemgået en positiv udvikling i forhold til spiseforstyrrelsens grad i forbindelse med forløbet hos Abegg & Bro, der også har udviklet sig mest positivt efterfølgende.

Begge grupper har efterfølgende gennemgået en positiv udvikling og udviklingen har været relativt størst for gruppen af klienter, hvor der ikke kunne identificeres en positiv udvikling i spiseforstyrrelsens grad i forbindelse med forløbet hos Abegg & Bro.

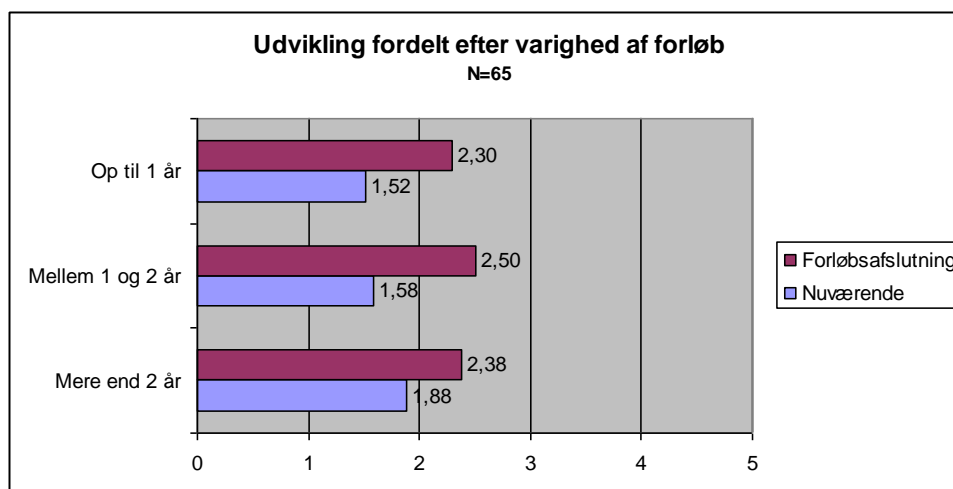
Dette resultat skal dog ses i lyset af, at denne gruppe havde en markant højere grad af spiseforstyrrelse ved forløbets afslutning, der dermed giver et tilsvarende større rum for udvikling i efterfølgende helbredelse.

5.1.4 Udvikling fordelt efter terapivarighed

Endelig rettes fokus mod varigheden af klienternes terapiforløb ved Abegg & Bro, med henblik på at identificere forskelle i den efterfølgende udvikling. Varigheden af forløbet er grupperet i tre grupper

1. Klienter der har deltaget i forløb på op til et års varighed (33 klienter)
2. Klienter der deltaget i forløb fra et til to års varighed (24 klienter)
3. Klienter der har deltaget i forløb på mere end to års varighed (8 klienter)

Resultatet fremgår nedenfor.



Som det fremgår, kan der ikke identificeres en entydig sammenhæng mellem varigheden af klienternes forløb hos Abegg & Bro og udvikling i spiseforstyrrelsens grad efter endt forløb.

Der kan identificeres en tendens til, at de klienter der har deltaget i forløb i mere end to år, i mindre grad har gennemgået samme positive udvikling, efter forløbet hos Abegg & Bro, end de øvrige grupper.

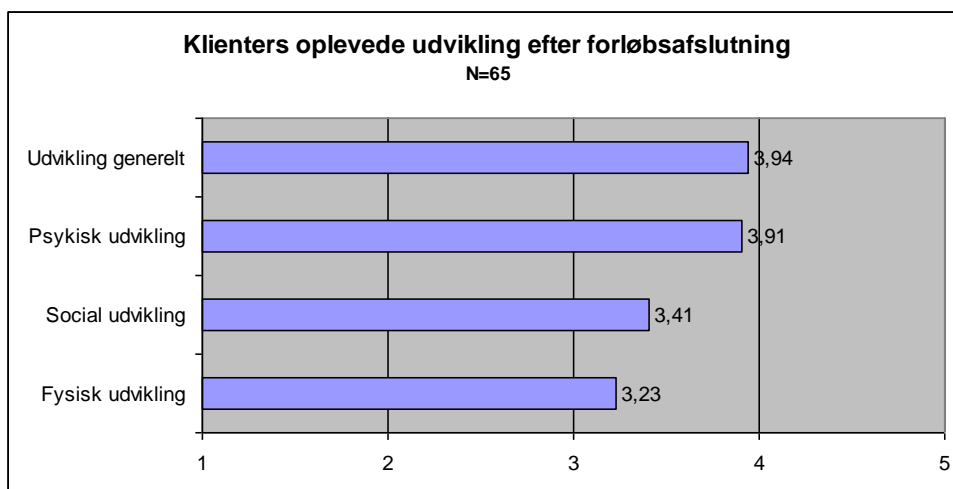
5.1.5 Konklusion omkring klienters fortsættelse af helbredelse efter endt forløb

Det kan konkluderes at klienterne har fortsat helbredelsesprocessen efter endt forløb hos Abegg & Bro. Tendensen er gennemgående i forhold til alle baggrundsvARIABLE, der indgår i denne analyse.

Den største divergens omkring udviklingen er koblet til spiseforstyrrelsens art, hvor det særligt er klienter med diagnosen Anoreksi – og delvist Bulimi – der har realiseret den største positive udvikling, efter forløbet hos Abegg & Bro er afsluttet.

5.2. Klienternes vurdering af egen udvikling efter endt forløb

På linje med de løbende evalueringer af projektførelsen, er der også i forbindelse med efterundersøgelsen stillet spørgsmål til klienternes oplevede udvikling generelt og på parametrene psykisk, social og fysisk udvikling. I denne undersøgelse er spørgsmålet stillet med henblik på en vurdering af udviklingen efter endt forløb.



Det fremgår, at alle klienter oplever at have gennemgået en relativ stor udvikling på alle parametre, efter forløbet hos Abegg & Bro er afsluttet. Tendensen i resultatet afspejler observationerne fra de løbende evalueringer omkring det forhold, at det er den generelle udvikling og den psykiske udvikling, hvor der har været de relativt største positive udviklinger.

I det følgende redegøres for gennemgående observationer fra kommentarerne til spørgsmålene om klienternes udvikling. Efterfølgende foretages en analyse omkring klienternes udvikling med udgangspunkt i undersøgelsens baggrundsvariable.

5.2.1 Kommentarer til klienternes udvikling samlet set

Når klienterne kommenterer den udvikling, de har gennemgået efter afsluttet forløb hos Abegg & Bro, er der naturligvis mange svar, der peger i hver deres retning. Der er dog også en række elementer, der går igen i flere af svarene.

For det første angiver mange af klienterne, at udviklingen er koblet til en forøget selvindsigt, som de kan anvende i forbindelse med en løbende positiv udvikling. I visse tilfælde kobles selvindsigten direkte op på klientens relation til mad og dermed også spiseforstyrrelsen.

Et andet forhold, der kan genfindes i en række svar, er betydningen af relationen til behandleren hos Abegg & Bro. Behandleren tilskrives i flere tilfælde afgørende betydning for udviklingen, ofte relateret til den erhvervede selvindsigt, der er beskrevet ovenfor.

Endelig peger flere klienter også på, at en udvikling i sociale/familiære relationer, har bidraget til den positive udvikling, de har gennemgået efter afslutning af forløbet ved Abegg & Bro.

5.2.2 Kommentarer til klienternes psykiske udvikling

I klienternes kommentarer til den psykiske udvikling de har gennemgået, er der ligeledes nogle gennemgående tendenser, der kan identificeres i klienternes kommentarer.

Igen indgår beskrivelsen af en forbedret selvindsigt som forklarende for udviklingen. I relation til psykisk udvikling kobles dette op på redskaber til bearbejdelse af tanker, som medfører at klienterne undgår at falde i 'sorte

huller', da de kan genkende de 'forkerte' tanker og bedre kan styre dem og reagere aktivt på dem.

Men der er også flere klienter, der angiver at de generelt har opnået en højere grad af selvværd, hvilket har ledt til en positiv psykisk udvikling, efter afslutning af forløbet.

5.2.3 Kommentarer til klienternes sociale udvikling

Hvis man ser på klienternes kommentarer til den sociale udvikling, de har gennemgået siden forløbsafslutningen, er der tre generelle tendenser.

Den første, og som der er langt flest observationer omkring, beskriver en stor udvikling på det sociale område, hvor det er blevet væsentligt lettere for klienterne at indgå i sociale relationer. Den positive udvikling kobles til den forøgede selvindsigt og medfølgende selvsikkerhed.

Den anden tendens er, at en række klienter anfører at sociale relationer aldrig har været et problem for dem, og at udviklingen i de sociale relationer, for dem, ikke er koblet til spiseforstyrrelsen.

Endelig er der en tredje gruppe af klienter, der stadig har meget svært ved at indgå i sociale relationer, og som derfor ikke i samme grad oplever, at have gennemgået en positiv udvikling på det sociale område, efter afslutning af forløbet hos Abegg & Bro.

5.2.4 Kommentarer til klienternes fysiske udvikling

Klienterne angiver generelt, at det er på det fysiske område, de har udviklet sig relativt mindst, siden afslutningen af forløbet hos Abegg & Bro. Svarene dækker dog over store forskelle klienterne imellem.

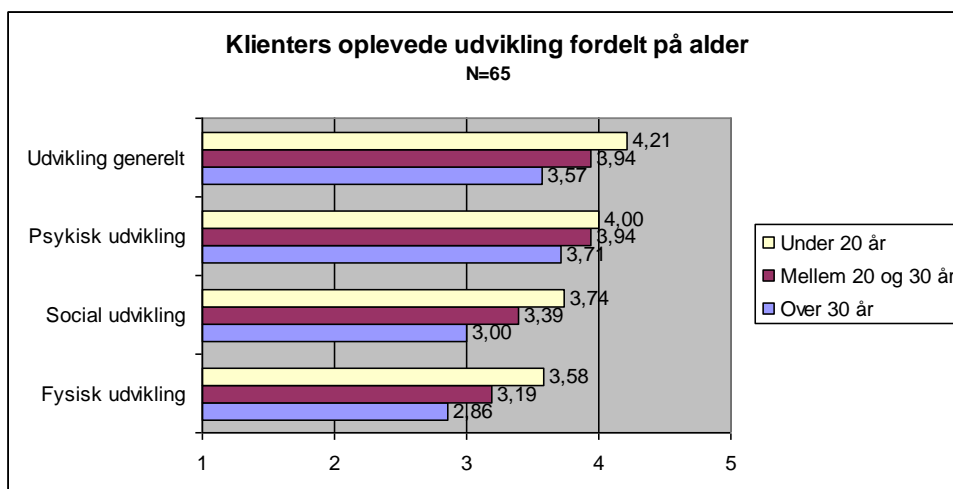
En række klienter anfører, at de har udviklet sig utrolig meget på det fysiske område, hvilket typisk er koblet til udøvelse af sport/motion. En anden observation er, at flere angiver at de har fået et mere afslappet forhold til deres krop, hvilket bidrager til, at de oplever en forbedring på fysiske område.

Generelt giver mange klienter udtryk for at de fungerer fint i dag, uden at præcisere den konkrete udvikling på det fysiske område.

Der er dog også en række klienter, der ikke har kunnet slippe ud af en række fysiske problemer, der har været koblet til deres spiseforstyrrelse. Disse klienter oplever ikke den samme positive udvikling på det fysiske område, da de fokuserer på de, typisk sygdomsbetingende, problemer.

5.2.5 Oplevet udvikling fordelt efter alder

Der er en markant forskel aldersgrupperne imellem, i forbindelse med klienternes oplevede udvikling efter forløbsafslutning hos Abegg & Bro. Det er de yngre klienter, der angiver at have oplevet den største udvikling og tilsvarende de ældste der i mindre grad har oplevet denne positive udvikling.

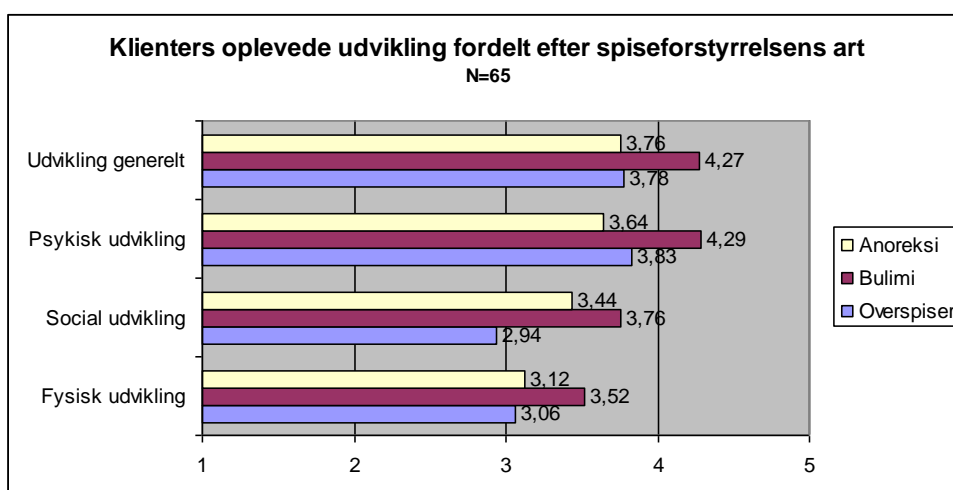


Tendensen er generel, men der er dog variationer i forhold til de specifikke områder for udvikling. Dette drejer sig primært om udviklingen på psykologiske område, hvor de ældre klienters forskel i oplevet udvikling er markant mindre sammenlignet med de yngre klientgrupper.

Observationen understøttes af, at klienterne over 30 år, har oplevet en relativt større udvikling på det psykologiske område, sammenlignet med deres udvikling generelt. Dette resultat kan kun identificeres for denne specifikke aldersgruppe, den generelle udvikling har i de øvrige resultater været vurderet som værende relativt størst.

5.2.6 Oplevet udvikling fordelt efter spiseforstyrrelsens art

Det er interessant at undersøge om spiseforstyrrelsens art, har haft betydning for den oplevede udvikling, efter afslutning af forløbet hos Abegg & Bro.



Som det fremgår af figuren, kan der identificeres interessante resultater. For det første er det udpræget klienter med bulimi, der angiver at have gennemgået den største udvikling efter afslutningen af forløbet.

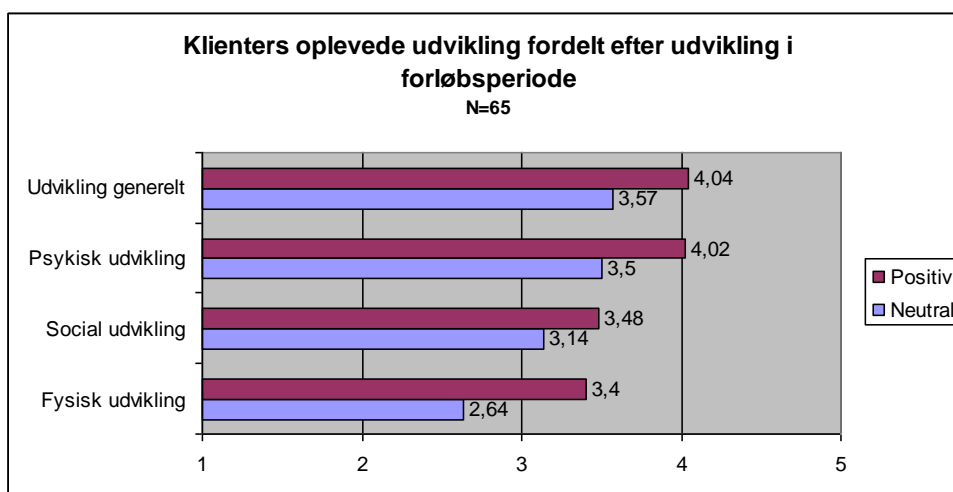
Men overspiserne afviger også fra de øvrige klientgrupper. Overspiserne angiver i markant mindre grad, at have gennemgået en udvikling indenfor det sociale område, end de øvrige kategorier af spiseforstyrrelsens art.

Overspiserne er også den eneste gruppe, der angiver at have gennemgået en større udvikling på det fysiske område end på det sociale.

Endvidere fremgår det, at anorektikerne i relativt mindre grad har gennemgået en positiv udvikling på det psykologiske område, end gældende for de øvrige kategorier.

5.2.7 Oplevet udvikling fordelt efter klientens udvikling i forløbsperiode

En opdeling på klienternes udvikling i forbindelse med forløbet hos Abegg & Bro, sammenholdt med den efterfølgende oplevede udvikling, giver en god indikation på, om det er de samme klienter, der har fortsat den positive udvikling efter afslutning af forløbet.

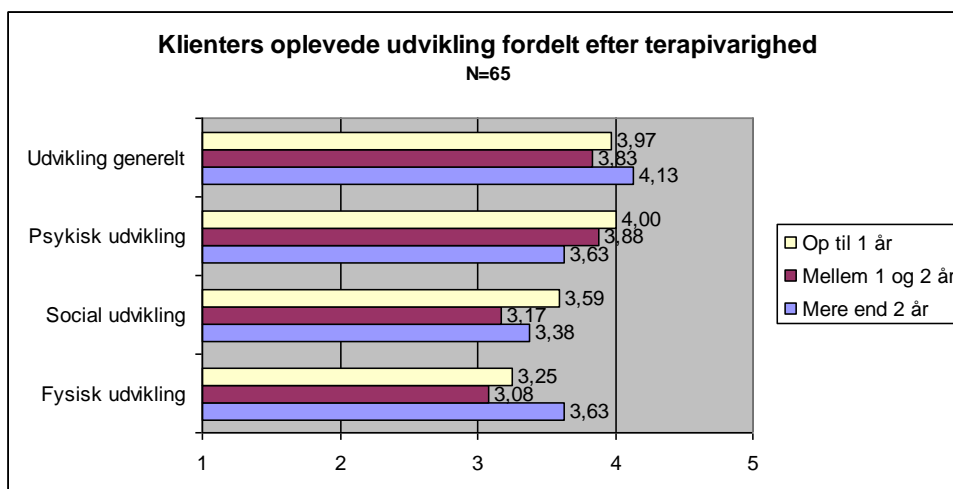


Som det også blev identificeret ved klienternes vurdering af egen udvikling i spiseforstyrrelsens grad, er det de klienter, der i forbindelse med forløbet gennemgik en positiv udvikling, der også har oplevet den største udvikling efterfølgende.

Relativt størst er forskellen grupperne imellem omkring oplevet udvikling på det fysiske område. Til gengæld er forskellen mellem den oplevede udvikling på det sociale område, relativt mindre grupperne imellem.

5.2.8 Oplevet udvikling fordelt efter terapivarighed

Med henblik på at afklare, hvilken betydning terapivarigheden har for klienternes oplevede udvikling efter endt forløb hos Abegg & Bro, er der nedenfor sondret mellem de forskellige grupperinger.



Som det fremgår af figuren er der nogle spændende variationer i den oplevede udvikling, når resultatet fordeles efter varigheden af forløbet hos Abegg & Bro. Mest interessant er det, at klienter der har været i mere end to år hos Abegg & Bro har gennemgået markant større oplevet udvikling på det fysiske område, end klienter der haft kortere forløbsperioder. Dette kunne indikere, at et længerevarende forløb bedst understøtter klientens udvikling på det fysiske område.

Der er ligeledes en tendens til at det er gruppen der har haft en forløbslængde på mellem 1 og 2 år, der efterfølgende har oplevet den relativt laveste grad af udvikling efterfølgende.

5.2.9 Konklusion om klienternes oplevede udvikling efter endt forløb

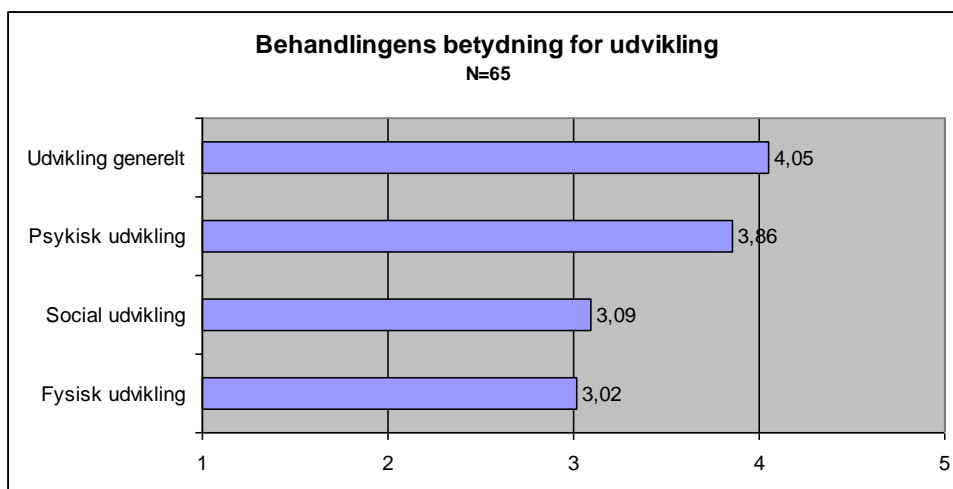
Det kan konkluderes, at klienterne efter afsluttet forløb hos Abegg & Bro fortsat oplever en positiv udvikling, såvel generelt, som på det hhv. psykiske, sociale og fysiske område.

Det er særligt bulimikere og yngre klienter, der oplever at have gennemgået en positiv udvikling efter afslutning af forløbet.

Endeligt kan det konkluderes, at der er en tendens til at de klienter, der har været længst tid i forløb hos Abegg & Bro, efterfølgende oplever en større udvikling på det fysiske område.

5.3. Vurdering af behandling og behandlingens betydning for udviklingen

Klienterne bliver i efterundersøgelsen bedt om, at vurdere hvilken betydning behandlingen hos Abegg & Bro, har haft for deres udvikling. Der spørges konkret ind til behandlingens betydning for udviklingen, på de samme parametre, som blev anvendt ved klienternes vurdering af udviklingen. Resultaterne fremgår i figuren nedenfor.



Klienterne vurderer at behandlingen hos Abegg & Bro har haft en meget stor betydning for deres udvikling. Som det fremgår af figuren, mener klienterne, at det primært er vedrørende den generelle udvikling og psykiske udvikling, at behandlingen hos Abegg & Bro har haft betydning.

I det følgende redegøres for gennemgående observationer fra kommentarerne til spørgsmålene om klienternes udvikling. Efterfølgende foretages en analyse omkring klienternes udvikling, med udgangspunkt i undersøgelsens baggrundsvariable.

5.3.1 Kommentarer til vurdering af behandlings betydning for samlet udvikling

Klienternes kommentarer til behandlingens betydning for deres samlede udvikling, viser at det overvejede flertal af klienter vurderer, at behandlingen har haft stor betydning for deres positive udvikling. Mange udtrykker meget rosende ord til de forskellige terapeuter og flere mener, at forløbet hos Abegg & Bro decideret har reddet deres liv.

De gennemgående tendenser i de åbne udsagn går i retning af, at det særligt har været terapeuternes evne til at forøge klienterne selvindsigt, der opleves at have bidraget til den positive udvikling.

Et andet gennemgående forhold er, at klienterne fremhæver, at de gennem forløbet hos Abegg & Bro fik en række konkrete værktøjer, der har støttet dem i den videre udvikling.

Det er klart at der ikke udelukkende er tale om positive udsagn, enkelte angiver ikke at være kommet ud af sygdommen og, at de ikke var klare til behandling på det pågældende tidspunkt.

5.3.2 Kommentarer til vurdering af behandlings betydning for psykisk udvikling

Når klienterne skal kommentere på behandlingens betydning for deres psykiske udvikling, er der igen en række tendenser, der går igen hos flere klienter. Som ved de øvrige spørgsmål er tendensen ikke entydig, men langt de fleste klienter peger på positive forhold.

For det første peges der på, at behandlingen har bidraget til, at de i mindre grad er selvdestruktive og har et mørkt/dystert sind. Dette kobles ofte op på det forhold, at behandlingen har gjort det muligt for klienterne at skelne

mellem, hvad der er sygdom/spiseforstyrrelse og hvilke øvrige forhold i den enkeltes personlighed, der har betydning for sindstilstanden.

5.3.3 Kommentarer til vurdering af behandlings betydning for social udvikling

I de åbne udsagn fremgår det tydeligt, at det ikke vurderes at behandlingen har haft lige så stor betydning på det sociale område, som det psykiske område. De fleste udsagn er positive og der henvises i flere tilfælde til samme svar som vedrørende den psykiske udvikling.

Flere fremhæver, at behandlingen har bidraget til at kunne tale om spiseforstyrrelsen med venner og familie, hvilket har bidraget til en generel positiv social udvikling. Det lader til, at der for mange klienternes vedkommende er en kobling mellem selvværd og udvikling på det sociale område.

5.3.4 Kommentarer til vurdering af behandlings betydning for fysisk udvikling

Et gennemgående element ved klienternes vurdering af behandlingens betydning for deres fysiske udvikling er, at den i højere grad har medført en accept af egen krop. For en del af denne gruppe pointeres denne accept af egen krop som en positiv udvikling, på trods af at de ikke har realiseret en ønsket vægtmæssig udvikling.

Der er endvidere en række klienter, der fremhæver at tilbuddet ernæringsterapi, har bidraget positivt til deres fysiske udvikling.

5.3.5 Konklusion omkring behandlingens betydning for klienternes udvikling

Det kan konkluderes at klienterne tilskriver behandlingen hos Abegg & Bro en væsentlig betydning for efterfølgende udvikling. Det er særlig gennem terapeuternes evne til at skabe en forbedret selvindsigt hos klienterne, der har været grundlag for den positive udvikling, der har været størst på det psykiske område.

5.4. Udbytte ved deltagelse i aktiviteter med andre i tilsvarende situation

I forbindelse med forløbet ved Abegg & Bro, har der været udbudt en række aktiviteter, som fx gruppeterapi, undervisningsgrupper og Caféarrangementer, under Væksthuset. Blandt de klienter der indgår i denne undersøgelse, har 58% deltaget i aktiviteterne under Væksthus og dermed også haft mulighed for deltagelse sammen med andre i tilsvarende situation.

Deltagerne i aktiviteterne er i undersøgelsen blevet spurgt, hvilket udbytte de har haft af, at deltage i aktiviteter med andre i en tilsvarende situation. Samlet set svarer disse klienter, at de har haft et udbytte på 3,45 på en fempunktskala, hvor 5 er 'rigtig meget'. Klienterne vurderer altså, at deltagelsen i aktiviteter, har betydet meget for dem.

5.4.1 Kommentarer til deltagelse i aktiviteter med andre i tilsvarende situation

Klienter, der har deltaget i disse aktiviteter, giver i kommentarerne udtryk for, at det har været en hjælp, at være sammen med andre personer i tilsvarende situation. Der er blevet opbygget en række venskabsrelationer og samværet har understøttet en følelse for klienterne af, at de ikke var

alene med deres sygdom. Flere giver udtryk for, at samværet har gjort det lettere for dem at acceptere deres spiseforstyrrelse og at det hjalp til at fokusere på sygdommen som fænomen, frem for en selvbebrejdelse.

Der er dog også enkelte der giver udtryk for, at samværet kunne være svært med klienter, med en anden diagnose, da der eksisterede store forskelle grupperne imellem.

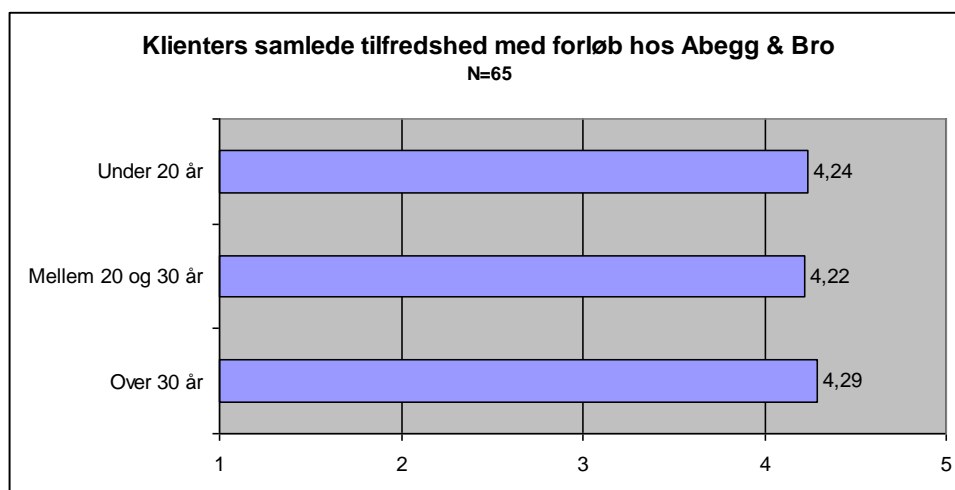
5.5. Samlet tilfredshed med behandling hos Abegg & Bro

Som afslutning på undersøgelsen, er klienterne blevet bedt om at vurdere, hvor tilfredse de samlet set har været med deres forløb hos Abegg & Bro, og hvad klienterne vurderer havde særlig betydning for deres udbytte af behandlingen.

Samlet set vurderer klienterne tilfredsheden til **4,24** på en fempunktsskala, hvilket er udtryk for en høj grad af tilfredshed med forløbet hos Abegg & Bro. I det følgende foretages en opdelt analyse af tilfredsheden med forløbet.

5.5.1 Tilfredshed med forløb fordelt efter aldersgrupper

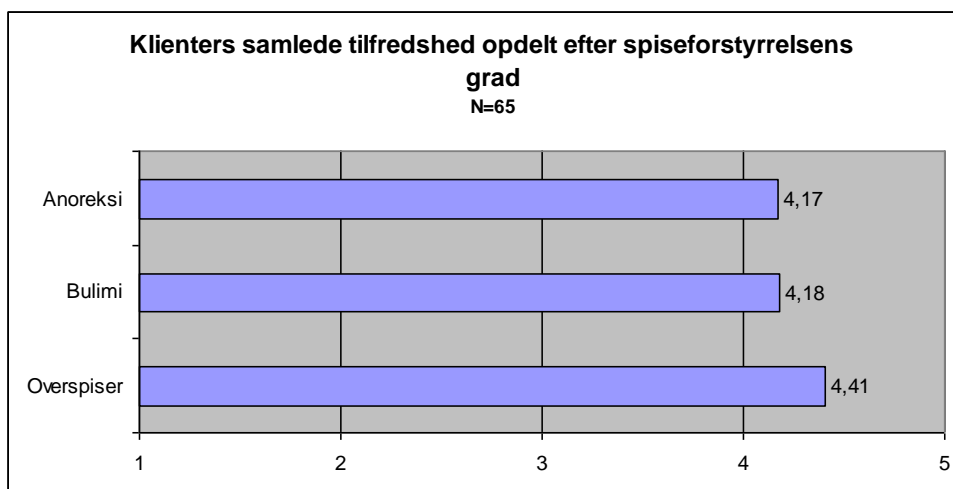
I figuren nedenfor fremgår klienternes samlede tilfredshed med forløbet opdelt efter alder.



Som det fremgår, er der kun marginale variationer aldersgrupperne imellem.

5.5.2 Tilfredshed med forløb fordelt efter spiseforstyrrelsens art

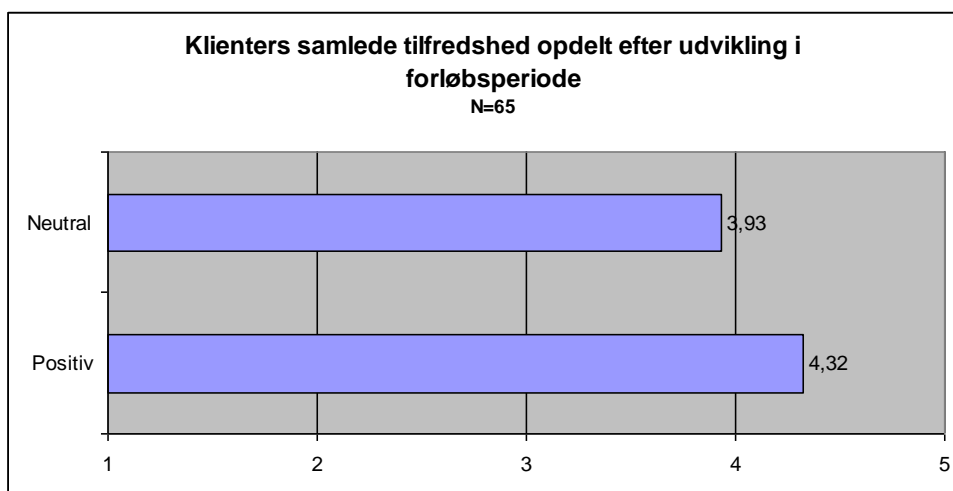
Det er måske mere interessant, at undersøge om spiseforstyrrelsens art, har haft betydning for klienternes tilfredshed med forløbet og dermed også give en indikation af, om der kan identificeres forskelle diagnoserne imellem i forhold til klienternes tilfredshed med forløbet.



Som det fremgår af figuren, kan der identificeres en tendens, at det særligt er klienter med diagnosen Overspiser, der har været relativt mest tilfredse med behandlingen hos Abegg & Bro.

5.5.3 Tilfredshed med forløb fordelt efter udvikling i forløbsperiode

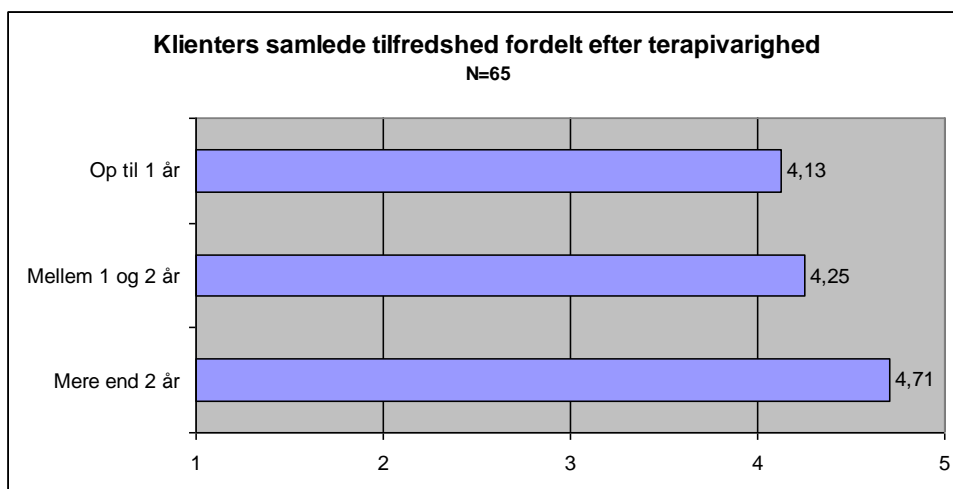
Ved en analyse af den samlede tilfredshed med forløb opdelt efter klienternes udvikling i forløbsperioden, afdækkes om en umiddelbar udvikling har betydning for den efterfølgende tilfredshed med forløbet. Resultatet fremgår af figuren nedenfor.



Som det fremgår af figuren, er der relativt størst tilfredshed med forløbet, blandt de klienter der allerede oplevede en positiv udvikling i forbindelse med forløbet hos Abegg & Bro.

5.5.4 Tilfredshed med forløb fordelt efter terapivarighed

Selv om det er oplagt, at klienter der har fortsat terapiforløbet hos Abegg & Bro, alt andet lige må være relativt tilfredse, er det alligevel interessant at undersøge, om der er forskel på klienternes tilfredshed med forløbet, afhængig af hvor lang terapivarigheden har været. Resultatet fremgår nedenfor.



Som det fremgår af figuren, er der en markant større tilfredshed med behandlingen, blandt de klienter, der har været hos Abegg & Bro i mere end 2 år. Resultatet skal dog ses i lyset af den generelt store tilfredshed, blandt alle klientgrupper.

5.5.5 Kommentarer til klienternes tilfredshed med behandling

Klienter havde i spørgeskemaet mulighed for at kommentere på tilfredsheden med behandlingen hos Abegg & Bro. Det er mange positive kommentarer. Det mest gennemgående forhold i materialet, er at mange klienter udtrykker en stor taknemmelighed over for deres personlige terapeut.

Flere fremhæver den trygge atmosfære, som et meget positivt forhold ved tilbuddet. Klienterne oplever at den tætte relation til terapeuten, har bidraget til at bringe dem videre i livet og, at terapien har givet dem en række konkrete værktøjer, der hjælper dem i hverdagen. Flere fremhæver også gruppeterapi, og kombinationen af individuel- og gruppeterapi, som et særligt positivt forhold.

5.5.6 Forhold med særlig betydning for udbytte ved behandlingen

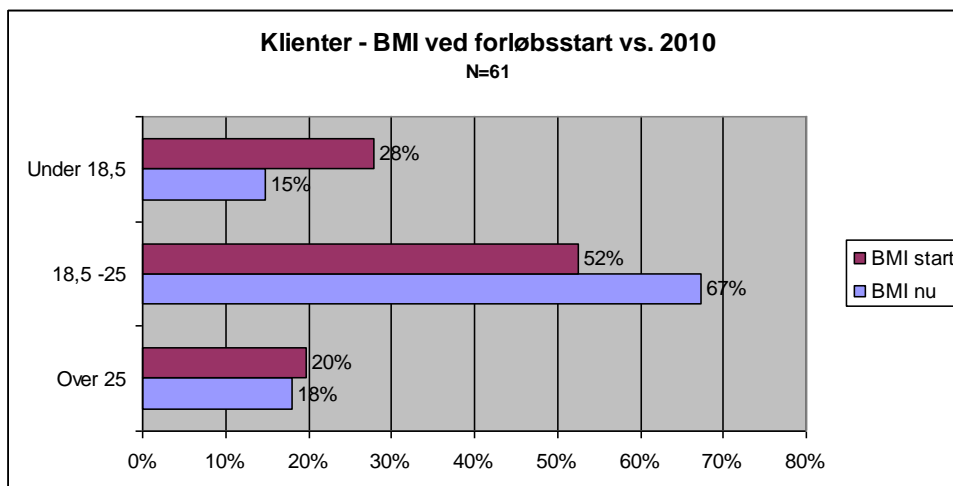
Spørgeskemaet afsluttedes med et spørgsmål om, hvad klienterne i dag vurderede, havde særlig betydning for udbyttet af behandlingen hos Abegg & Bro. De kommentarer, som klienterne skriver til dette spørgsmål, understøtter tidligere observationer fra undersøgelsen. Igen er det primært relationen til terapeuten der fremhæves, som havende særlig betydning for udbyttet af forløbet.

Flere klienter fremhæver også, at inddragelsen af familien i forløbet, var et særligt væsentligt forhold for deres udbytte af forløbet.

5.6. Klienternes udvikling i BMI

Med henblik på at vurdere om klienternes positive vurdering af efterfølgende udvikling i spiseforstyrrelsens grad også havde medført vægtmæssige ændringer, foretages en analyse af hvor mange klienter, der havde et BMI inden for normalområdet⁶. Det er lykkedes at få en registrering af vægten for 61 af de 65 klienter, der har besvaret undersøgelsen.

⁶ BMI Normalområde defineres her som værende fra 18,5 til 25,0.



Som det fremgår af figuren, er det i dag lykkedes 2/3 dele af klienterne, at opnå en normalvægt, mens dette kun var gældende for omkring halvdelen af klienter, da de startede forløbet hos Abegg & Bro. Endvidere fremgår, at det særligt at klienter med et BMI under normalvægten, som det er lykkedes at opnå en normalvægt i dag.

Dette forhold støttes endvidere af, at det særligt er unge med diagnosen Anoreksi, der har ændret deres vægt, så de i dag ligger indenfor normalområdet. Der er også enkelte klienter, med diagnosen Bulimi, der har opnået samme resultat. Fælles for begge grupper er, at der overvejende er tale om yngre klienter.

6. Den kvalitative undersøgelse

6.1. Om undersøgelsen

Formålet med denne efterundersøgelse er at undersøge betydningen på sigt for de klienter, som har deltaget i de tre projektførøb. Betydning tolkes i undersøgelsen som den oplevede betydning hos klienterne på det personlige, sociale og samfundsmæssige niveau.

Efterundersøgelsen omfatter klienter, der i perioden 2004 – 2009 har deltaget i behandlingsforløb af mindst fem måneders varighed og pågår et halvt til fire år efter afslutningen den enkeltes behandlingsforløb.

Forudsætningen for at klienterne kunne deltage i metodeudviklingsprojekterne var, at de benyttede mindst to og helst tre af de tilbudte ydelser og deltog i et forløb af fem måneders varighed.

6.1.1. Dataindsamlingsmetode

For den kvalitative dels vedkommende består data af uddybende interview med 15 udvalgte klienter, som er repræsentative for den samlede population af klienter, der indgår i undersøgelsen.

Endvidere indgår de udvalgte klienters eventuelle skriftlige kommentarer fra det spørgeskema, som de har udfyldt i forbindelse med efterundersøgelsen.

6.1.2. Spørgeramme

De kvalitative interview er foretaget på grundlag af en semistruktureret, spørgeramme med fokus på de interviewedes opfattelse af, hvilken betydning deltagelsen i projektførøbet har haft for dem efter forløbets afslutning.

Interviewene har været individuelle for at sikre at den variation, der kan være i de enkelte klienters erfaring og personlige og sociale udvikling kan registreres.

6.2. Om de interviewede klienter

De interviewede klienter er i alderen fra 18 til 49 år. En er 18 år, seks er i alderen fra 24 til 29 år, seks andre er i alderen fra 35 til 37 år, mens to er henholdsvis 40 og 49 år.

11 er i arbejde, tre er studerende og en er sygemeldt.

I forbindelse med interviewet blev klienterne spurgt om, hvilke ydelser de modtog. Resultatet fremgår af skemaet nedenfor.

Hvilke ydelser? N=15							
Individuel terapi	Gruppe terapi	Ernærings terapi	Krops gruppe	Madlavning	Kreativ gruppe	Café aftner	Qi Gong
15	8	6	5	6	2	3	2
Pårørende i gruppe	Familieterapi	Akupunktur	Visualisering				
3	1	1	1				

En klient har modtaget to ydelser, fem har modtaget tre ydelser, mens ni har modtaget fire ydelser.

Samtlige klienter har været i terapiforløb af længere varighed end deres deltagelse i projektforløbene. Således varierer det samlede terapiforløb for de interviewede klienter mellem seks måneder og fem år. For 12 klienter har det samlede forløb været mellem 6 måneder og to år. For tre klienter har det samlede forløb været i fem år.

For alle klienterne repræsenterer deltagelsen i projektforløbet således en periode i et samlet terapiforløb, hvor de mere intensivt har haft mulighed for at beskæftige sig med både psyke, fysik og kost.

Det er derfor naturligt, at klienterne i interviewet ikke skelner mellem betydningen og effekten af det samlede individuelle terapiforløb og betydningen af den individuelle terapi, de modtog i projektforløbet.

I skemaet nedenfor gives en oversigt over de interviewedes alder, varigheden af det samlede terapiforløb, og om klienterne har modtaget behandling efter afslutningen hos Abegg & Bro.

Alder	Deltaget i forløb	Samlet terapiforløb	Efterfølgende deltagelse i behandling
18	2006	8 måneder	Ja. Kognitiv terapi i forbindelse med eksamensforberedelse
24	2005	1,5 år	Nej
25	2005	5 år	Ja. Pt. dagpatient
25	2008	2 år	Nej
28	2005	1,5 år	Ja. Ernæringsterapi
28	2005	2 år	Nej
29	2008 - 2009	1 år	Nej
35	2006 - 2007	2 år	Nej
35	2008 - 2009	2 år	Nej
35	2005	5 år	Ja. Enkelte samtaler med terapeuten.
36	2005	2 år	Nej
36	2007	3 år	Ja. Kropsgruppe
37	2007	2 år	Nej
40	2009	8 måneder	Nej
49	2004	5 år	Nej

7. Deltagernes oplevelse af forløbets betydning - Det personlige niveau -

I dette afsnit redegøres for deltagernes oplevelse af forløbets betydning for dem selv på det personlige niveau.

Med det personlige niveau menes her de interviewedes oplevelse af, hvad forløbet har betydet i forhold til dem selv.

7.1. Det personlige niveau

Når de interviewede skal beskrive, hvad deres deltagelse i forløbet har betydet for dem, tager de alle udgangspunkt i en oplevelse af, at forløbet har været hjælpsomt for dem og har styrket dem personligt.

Forløbet har ført til flere ændringer for de enkelte deltagere. I det følgende vil de, som deltagerne fremhæver som de mest betydningsfulde blive, gennemgået.

7.1.1. Ændret forhold til spiseforstyrrelsen, mad og spisning

I forbindelse med interviewet blev deltagerne spurgt om, hvilken indflydelse spiseforstyrrelsen aktuelt havde på deres hverdagsliv.

Med indflydelse på hverdagslivet menes i denne sammenhæng om deltagerne oplever, at spiseforstyrrelsen forhindrer dem i at gøre ting, som de gerne vil eller i øvrigt belaster deres daglige tilværelse på en måde, som begrænser dem.

10 af de interviewede oplyser, at spiseforstyrrelsen ikke længere har nogen form for indflydelse på deres hverdagsliv.

To af de øvrige fem fortæller, at spiseforstyrrelsen har meget lidt indflydelse, men af og til dukker frem.

Tre af de øvrige fem fortæller, at spiseforstyrrelsen stadig påvirker dem til hverdag. Det betyder, at de er nødt til at forholde sig til den, men de oplever ikke, at den styrer deres valg og handlinger, som det tidligere var tilfældet.

Samtlige deltagere oplyser, at de har fået et ændret forhold til mad og spisning. 10 deltagere oplever, at de nu har et normalt forhold til mad og spisning. To oplever, at de har behov for at vide, hvad de spiser, men ikke har det samme behov for kontrol som tidligere. De tre øvrige oplever, at deres forhold til mad og spisning stadig er ualmindeligt, men ikke på samme måde som tidligere.

Den ene af de tre forklarer sit forhold til mad og spisning således: *"Jeg ved godt, at jeg har et anderledes forhold til mad, men jeg vil ikke kalde det en spiseforstyrrelse. Det er mere, når jeg bliver stresseet og sådan, så holder jeg op med at spise".*

En anden af de tre siger: *"Det har været svært at opretholde troen på, at jeg kan leve uden spiseforstyrrelsen. Jeg kan godt gøre det, men det kræver opmærksomhed. Det var lettere at tro på, at jeg var noget værd og ikke behøvede at kontrollere det med maden, mens jeg var i forløbet".*

7.1.2. Ændret selvopfattelse og større selvværd

Alle deltagerne fortæller, at de har fået en anden og mere positiv opfattelse af sig selv gennem forløbet. En udtrykker det på denne måde: *"Jeg er bedre til at acceptere mig selv, som jeg er. Jeg har fundet mig selv, og føler mig godt tilpas med det."*

Den ændrede selvopfattelse betyder også, at mange af deltagerne føler sig mere sikre på sig selv og er blevet bedre til at værdsætte sig selv. *"Jeg fik bearbejdet nogle forhold fra min barndom og ungdom, som havde gjort, at jeg var uden selvtilid og havde et negativt forhold til mig selv og min krop. Det at jeg fik set dybere på mig selv, har givet mig mere selvtilid og gør, at jeg føler mig stærkere end før,* siger en af deltagerne.

7.1.3. Selvindsigt, signaler og redskaber

Forløbet har givet deltagerne en større selvindsigt. En af deltagerne giver en beskrivelse af forløbets betydning således:

"Først og fremmest den individuelle terapi, men hver af de andre ting betød noget.

Kropsterapien betød, at jeg har lært at lytte til min krop og dens behov og kan bruge nogle af de praktiske øvelser vi lærte, når jeg kan mærke, at der er brug for det.

Ernæringsterapien har hjulpet mig til at blive klar over, hvad jeg skal indtage for at have det godt.

Gruppeterapien gav et trygt forum, hvor jeg kunne få sat et nyt perspektiv på tingene.

Så det var kombinationen, som var meget hjælpsom, men til hverdag er det mest erfaringerne fra den individuelle terapi og ernæringsterapien, som jeg bruger.

Det hjælper mig til at holde fast i, hvordan jeg har det og mærke mig selv, og hvad jeg vil".

En anden deltager siger: *"Det havde stor betydning for mig, at der blev taget fat på problemstillingerne på flere områder samtidig, og at jeg selv kunne være med til at vælge hvad og hvordan. Det var også vigtigt for mig, at der var klare grænser for, hvad jeg talte med den ene og den anden af de professionelle om. Det gav en struktur, som jeg godt kunne bruge. Det var en stor hjælp, at der var forskellige hylder til forskellige problematikker, for når man er spiseforstyrret, kan det godt være svært at holde fast i tingene".*

Det er gennemgående hos alle de interviewede, at den individuelle terapi opleves som det mest betydningsfulde element i forløbet.

Flere fremhæver, hvordan de gennem terapien i samarbejde med deres terapeut har fået nogle redskaber, som de efterfølgende kan bruge til hverdag.

Når de taler om udviklingen af redskaberne beskriver deltagerne en dynamisk proces, som kan skildres således:

Med den individuelle terapi som det centrale har forløbet givet deltagerne en større selvindsigt. Det har medført, at de nu er mere bevidste om de signaler, som kan fortælle dem, at de skal være opmærksomme på sig selv og deres krop. Det har givet dem grundlag for at udvikle personlige strategier, som gør det muligt for dem at mestre følelser og situationer, som tidligere "væltede dem".

En af deltagerne beskriver forholdet således:

"Jeg har lært mig selv bedre at kende og kender nu de signaler, som viser, at jeg skal stoppe op og passe bedre på mig selv. Nu kan jeg opfatte det, når jeg får nogle af de tanker, som jeg kender fra før i tiden. Nu fungerer de som en advarselsslampe. Jeg kan både høre efter signalerne og handle ud fra det. For eksempel har jeg gennem terapien lært, at jeg bliver ked af det, når jeg arbejder for meget. Så fik jeg før i tiden problemer med maden. Når tegnene nu kommer, ved jeg hvad det er og kan sørge for at passe på mig selv. Nu kan jeg så stoppe op og sørge for at sætte tempoet ned og tage hensyn til mig selv."

For nogle deltagere har struktur vist sig at være et hjælpsomt redskab. En siger om dette: *Jeg har lært, at regelmæssighed og ordentlig kost sammen med en planlagt og forudsigelig hverdag gør det muligt for mig at håndtere situationer, så jeg ikke længere bliver bange og tingene ikke ramler sammen for mig".*

Samtlige deltagere fortæller, at de igennem forløbet har fået et ændret forhold til deres krop. For de fleste er der tale om, at de har fået en egentlig kropsbevidsthed i modsætning til tidligere. Flere fremhæver, at det har været afgørende for, at de nu oplever at kunne respektere kroppen og dens signaler.

7.1.4. Ro og mindre angst

Flere af deltagerne taler om, at den indsigt og de værktøjer, som de har fået i forløbet, giver dem en ro, som de ikke havde tidligere.

En af deltagerne siger: *"Jeg er nu klar over, hvad der sker for mig, så jeg kan vælge at gøre nogle af de ting, som jeg ved hjælper mig med at kunne håndtere situationen. Det giver mig mere ro og gør, at jeg ikke kommer "så langt ned" som jeg gjorde før".*

En anden fortæller, at hun stadig oplever at tingene kan tage magten fra hende, men ikke på samme måde som tidligere. Hun siger: *"Jeg fik noget konkret viden om, hvordan kroppen og nervesystemet fungerer. Det prøver jeg at huske i stressede situationer, hvor jeg kan mærke at reaktionerne kommer. Så kan jeg nu tænke: "Det er okay, at have det sådan her, og det er ikke livstruende. Min krop render stadig af med mig, men der er tryghed i, at jeg nu ved, hvad det er, der sker. Jeg er blevet mere bevidst om det, og jeg er derfor også mindre angst end tidligere."*

7.1.5. Mere mod og flere handlemuligheder

Den ændrede selvopfattelse og selvindsigt har for flere af deltagerne ført til, at de har turdet give sig i kast med ting, som de tidligere oplevede sig udelukkede fra.

En af deltagerne havde i mange år ønsket sig at gå i gang med en uddannelse, men havde valgt det fra, fordi hun ikke anså det for realistisk. I og med at forløbet ændrede hendes opfattelse af sig selv, ændrede hun også opfattelse af forholdet. Hun siger: *"Jeg har igennem flere år haft lyst til at gå i gang med uddannelse. Men jeg har ikke kunnet tage mig sammen, fordi den der indre stemme holdt mig tilbage. Det gør den ikke mere. Nu er jeg gået i gang med en uddannelse, og jeg kan sige til mig selv, at det tager så mange år og slutter med en skriftlig opgave. Før i tiden ville det have blokeret mig, og jeg ville have opgivet, for det ville have forekommet mig uoverskueligt. Nu kan jeg oven i købet sige til mig selv: "Du kan da i hvert fald prøve og så se, hvordan det går." Det var utænkeligt før i tiden. Jeg katastrofetænkte, og så turde jeg ikke. Nu ved jeg, hvad jeg vil...Jeg er blevet modigere er bedre til at tage tingene en af gangen".*

En anden deltager, som til daglig arbejder med fremstilling af mad, fortæller, hvordan hun nu tør smage på maden, hvilket var utænkeligt for hende tidligere. Sammen med ernæringsterapeuten opstillede hun en kostplan, som hun så fulgte. *"Det er ikke maden, der styrer mig længere. Jeg tror især, at det var det med at følge en kostplan og opleve, at jeg ikke blev 30 kg.tungere. Det har givet mig mere ro og nu tør jeg godt smage på tingene."*

En tredje deltager fortæller: *"Da jeg startede fyldte jeg et spørgeskema ud, hvor jeg skrev, at det var mit mål, at jeg skulle kunne gå ind på en restaurant med mine veninder og sætte mig ned og bestille det, som jeg havde lyst til. Det kan jeg nu".*

7.1.6. Ændret perspektiv og moderskab

For to af deltagerne har forløbet haft en ganske særlig personlig betydning. Gennem forløbet har det fået et nyt perspektiv på sig selv. Det har givet dem mod på at blive mødre.

Den ene deltager siger om dette: *"Den afgørende ændring for mig har været, hvordan jeg psykologisk anskuer det fysiske. Jeg har efterfølgende været igennem en fødsel – og jeg er meget stolt af, at min krop har klaret det. De ændringer, der er sket med min krop, ser jeg som værende smukke, fordi det har gjort mig til mor. Jeg ved med sikkerhed, at havde jeg ikke været i behandling, havde jeg været ked af de ændringer, hvor jeg nu faktisk er stolt over dem".*

Den anden siger: *"Jeg ville ikke være blevet mor, uden at have gennemgået det forløb. Jeg havde en forestilling om, at jeg ikke ville have børn, fordi jeg så bare ville føre al den dårlighed videre og ikke ville blive en god mor. Det var ikke noget, som jeg havde talt med nogen om. Først i terapien opdagede jeg, at man også kunne tænke om de her ting på en anden måde. Det gjorde, at jeg kunne skille mig ad fra tingene, og det forandrede sig for mig, sådan at jeg ikke længere havde de samme tanker om at være mor".*

8. Deltagernes oplevelse af forløbets betydning - Det sociale niveau -

I dette afsnit redegøres der for deltagernes oplevelse af forløbets betydning for dem selv på det sociale niveau.

Med det sociale niveau menes de interviewedes oplevelse af, hvad forløbet har betydet for deres forhold til andre i sociale sammenhænge.

8.1. Det sociale niveau

De forandringer på det personlige niveau, som de interviewede beskrev, viser sig også, når de taler om forløbets betydning på det sociale niveau. De tager alle, bortset fra en, udgangspunkt i, at forandringerne på det personlige niveau også har medvirket til at ændre deres forhold til andre mennesker i positiv retning.

Den ene, som ikke oplever nogen forandring på det sociale niveau, forklarer, at hun aldrig har haft vanskeligheder i sin omgang med andre i kraft af spiseforstyrrelsen.

De øvrige beskriver betydningen af forandringen på forskellige måder, som gennemgås i det efterfølgende.

8.1.1. Autencitet og personlig autoritet

Mange af de interviewede oplever, at forløbet har betydet, at de har en større autencitet og personlig autoritet i forholdet til omgivelserne.

En af deltagerne beskriver forholdet således: *"Jeg er mere tilstede i mig selv frem for i de andres behov, som jeg var tidligere. Jeg har mig selv meget mere med i tingene. I terapien har jeg lært at blive "hjemme" h os mig selv i stedet for at være "ude af mig selv". Jeg har været en pleaser, men det har jeg ikke behov for at være længere"*.

En af de øvrige fortæller, at hun ikke længere ser de veninder, som hun havde tidligere, da hun ikke ønsker at have den relation, som samværet med dem indebar: *"Jeg duede kun, når jeg hjalp dem, og sådan vil jeg ikke have det mere"*.

Hvor deltagerne tidligere underlagde sig omgivelsernes behov og vurderinger, er der nu flere, som kan sige til og fra. En deltager siger om dette: *"Jeg oplever, at jeg nu er i stand til at skabe mere lige relationer til andre. Jeg lader mig ikke længere "træde på" og byde ting, som jeg ikke selv synes er i orden"*.

En anden fortæller, at hun både tør og kan stå ved, hvem hun er, og hvad hun står for. *"Jeg føler, at jeg er blevet mig selv mere tro"*, siger hun og fortsætter: *"Jeg er blevet bedre til at sige fra, og det betyder at mine omgivelser oplever en større styrke hos mig og tydeligere signaler. Det giver større respekt om min person end tidligere"*.

Vedkommende taler om en betydning af udviklingen, som går igen hos flere deltagere, når hun siger: *"Jeg er blevet mere sikker på mig selv og på, hvad jeg vil og ikke vil. Det har også betydet, at jeg er blevet mere glad for mit liv. Jeg er blevet roligere og mere tilfreds med det liv, jeg lever"*.

8.1.2. Åbenhed

Udviklingen har for mange af deltagerne også ført til, at de kan være mere åbne omkring, hvordan de har det. De taler også om, hvordan den større åbenhed har haft en positiv betydning i forholdet til deres omgivelser.

En fortæller, at hun tidligere kun kunne tage på ferie med sin familie. Nu har hun for første gang har prøvet at være på ferie med fire af sine veninder. Under ferien begyndte hun at få "dumme tanker". I modsætning til tidligere valgte hun at fortælle veninderne om det og bad dem om hjælp. Veninderne hjalp hende og det virkede. *"Det at bede om hjælp og oveni købet bede en gruppe om hjælp er en helt ny ting for mig. Det var en meget stor oplevelse..."*

En anden taler om, at det har været en positiv oplevelse for hende, da hun valgte at begynde at tale med sine omgivelser om, hvordan hun havde det. *"Tidligere lagde de jo ikke mærke til, hvordan jeg havde det",* siger hun og fortæller, at hendes egen mere udadvendte tilgang er blevet modtaget positivt af de fleste i hendes omgangskreds.

En af de øvrige deltagere, som har valgt at være mere åben omkring spiseforstyrrelsen, oplever at omgivelserne ikke længere stiller spørgsmålstejn ved hendes adfærd. Det kunne hun godt opleve tidligere. *"Det stiller mig friere i forholdet til omgivelserne end tidligere. Nu kan jeg vælge om jeg vil deltage i noget og i hvad. Det er ikke længere mit forhold til mad og spiseforstyrrelsen, som afgør det".*

8.1.3. Fra særlig til almindelig

For nogle af deltagerne har udviklingen betydet, at de er blevet i stand til at sige fra overfor omgivelsernes fastholdelse af dem i rollen som "særlige" og "syge", som man skal bekymre sig for.

En siger om dette: *"Når jeg kom hjem til mine forældre, lavede min mor altid særlig mad til mig og var meget opmærksom på mig. Det betød, at jeg holdt op med at komme ret meget. For jeg fik det altid dårligt af at være der. Så talte terapeuten og jeg om det, og jeg fik talt med min mor om, at hun ikke skulle lave speciel mad til mig. Når hun gjorde det, så fodrede hun spiseforstyrrelsen, og den skal ikke fodres, så får den bare magten. Så hvis jeg ikke kunne spise det, der var, så kunne jeg bare tage en rugbrødsmad. Det var en stor lettelse for både min mor og mig".*

En af de andre deltagere fortæller, hvordan hun tidligere oplevede, at moderen bekymrede sig meget om hende. *"Det irriterede mig og gjorde det svært for mig at være sammen med hende og gav konflikter,* siger hun og fortsætter: *"Efter mine forældre har deltaget i pårørendegruppen, har min mor fået en anden forståelse af tingene, og hun bekymrer sig ikke på samme måde som tidligere. Hun og de andre i min familie har fået et meget roligere forhold til mig, fordi de bedre forstår, hvem jeg er, og hvordan jeg har det".*

En tredje deltager taler om, hvordan hun har kunnet bruge de erfaringer og den viden hun fik gennem forløbet: *"Fordi jeg har fået et bedre kendskab til mig selv og er mere sikker på, hvad jeg vil, har jeg kunnet tale med mine omgivelser om, at jeg ikke længere vil placeres i rollen som den, der skal tages særlige hensyn til og som skal have omsorg. Det har folk reageret positivt på, og vi har et mere ligeværdigt forhold, hvor jeg ikke længere bliver betragtet som den syge".*

8.1.4. Ændrede relationer

For flere af deltagerne har udviklingen betydet, at de har mistet relationer, som de tidligere har haft. Til gengæld har de oplevet, at få nye i stedet, og at disse relationer er mere ligeværdige end de tidligere.

Nogle af deltagerne har oplevet, at deres relationer til veninderne er blevet ændret, så de nu er mere reelle og at veninderne respekterer dem i højere grad end tidligere. *"Jeg oplevede meget positive reaktioner fra mine omgivelser, da jeg begyndte at sige til og fra. Jeg oplevede ikke, at de stødte mig fra sig, men at de viste mig respekt",* siger en deltager.

For to af deltagerne har det ændrede forhold til dem selv og deres fysik betydet, at de kan have en kæreste. *"Nu har jeg fået en kæreste, og det at skulle have et kropsligt forhold, det havde jeg slet ikke kunnet tidligere",* fortæller den ene.

Den anden siger: *"Forløbet betød, at jeg kunne flytte sammen med min kæreste. Det var en stor udfordring, at der skulle nogen ind og "rode i mit liv", men det er en udfordring, som jeg fik mod til at tage op. Jeg er også gået fra, at jeg ikke ville have børn. Tanken om det med det fysiske og at skulle svulme op, men nu er der ikke noget jeg hellere vil end at lave en rigtig familie sammen med min kæreste".*

8.1.5. Anerkendelse

Et andet forhold som fremhæves af flere deltagere er det, at de i modsætning til tidligere, nu kan modtage anerkendelse fra deres omgivelser og tør tro på den, når de får den.

8.1.6. Øget handlefrihed

Spiseforstyrrelsen har haft den betydning at de oplevede sig isoleret og at den svækkede deres handlefrihed. De har oplevet, at de havde svært ved eller undlod at deltage i sociale begivenheder, hvis disse indebar spising. Forholdet beskrives sådan af en deltager: *"Jeg var altid stresset op til større arrangementer, da jeg vidste, at det ville blive svært at komme til at kaste op. Mit fokus var konstant på muligheden for at kaste op, og jeg var meget opmærksom på, om jeg spiste mere end andre".*

Det har ændret sig for denne og andre deltagere efter forløbet. De kan nu vælge om de vil deltage eller ej og oplever ikke længere, at valget dikteres af deres forhold til mad og spising.

Nu oplever flere, at de kan gøre ting, som de tidligere undlod eller havde svært ved. *"Tidligere bekymrede jeg mig meget, når jeg skulle deltage i forskellige ting. Det fik mig til at føle mig isoleret. Efter at jeg og terapeuten har arbejdet med forskellige konkrete situationer, har jeg fundet frem til, hvordan jeg kan håndtere dem, og hvad der passer bedst for mig. Så nu oplever jeg ikke længere de samme bekymringer".*

En anden siger: *"Jeg har fået et større socialt liv end før. Nu kan jeg godt spise sammen med andre uden problemer. Det undgik jeg før i tiden, fordi det var meget vanskeligt for mig".*

For nogle af deltagerne har udviklingen betydet, at de nu selv kan tage sig af ting, som de tidligere undlod eller overlod til andre. *"Nu kan jeg godt tage ansvar for ting, som jeg tidligere havde svært ved. Jeg vidste godt at jeg skulle kontakte banken eller det eller det offentlige kontor, men jeg fik ikke gjort det. Det gør jeg nu",* siger en deltager om dette.

8.1.7. Virkningsfulde redskaber

Flere af deltagerne taler om, hvordan de stadig anvender de redskaber som de udviklede under forløbet. De oplever, at redskaberne hjælper dem til at håndtere situationer i hverdagen, som ellers kunne lægge begrænsninger på deres hverdagsliv.

"Jeg har stadig glæde af de vejrtrækningsøvelser og det, som jeg lærte om, hvordan jeg kan lytte til min krop. Det gør, at jeg kan give mig selv ro til at møde andre, og at jeg ikke længere hyperventilerer, men kan tænke klart og bevare roen i situationerne", fortæller en af deltagerne.

En af de andre deltagere siger: *"Jeg bruger stadig nogle af de redskaber jeg arbejdede med under forløbet. For eksempel at skrive tre gode ting ned dagligt, hvis jeg i perioder er i dårligt humør, jeg er opmærksom på min vejrtrækning og jeg er bevidst om, at holde på mig selv i samtaler med andre".*

For en tredje deltager har udviklingen af en konkret håndteringsstrategi betydet, at hun nu kan gå ud og spise sammen med andre. *"Før var det sådan, at når jeg sad på restauranten, var det alt for uoverskueligt og stressende. Så blev jeg ked af det og begyndte at græde. Nu ved jeg, at jeg har brug for at forberede mig på situationen. Det gør jeg for eksempel ved at gå ind på restaurantens hjemmeside, så jeg på forhånd kan afgøre, hvad jeg vil".*

9. Deltagernes oplevelse af forløbets betydning - Det samfundsmæssige niveau -

I dette afsnit gennemgås deltagernes oplevelse af forløbets betydning på det samfundsmæssige niveau.

Med det samfundsmæssige niveau menes de interviewedes oplevelse af forløbets betydning i forhold til beskæftigelse, arbejde, studier med videre.

9.1. Det samfundsmæssige niveau

To af de femten deltagere fortæller, at forløbet har forandret deres forhold på det personlige og sociale niveau, men de oplever ikke, at det har forandret noget i forhold til deres arbejdsliv.

De øvrige deltagere oplever alle, at forløbet har haft en positiv betydning i forhold til deres arbejde eller studier. I det følgende gennemgås deres begrundelser for dette.

9.1.1. Ansvar og krav

De forandringer, som deltagerne har oplevet på det personlige og sociale niveau, har givet betydning, at de også oplever at fungere anderledes på deres arbejdsplads eller studiet i forhold til tidligere. De oplever blandt andet, at de er blevet i stand til at tage ansvar og give deres mening til kende.

En af deltagerne siger: *"Tidligere sørgede jeg altid for at alliere mig med nogle andre, som jeg oplevede var stærkere end mig, når der skulle ske noget. Jeg stod altid "bag ved". Nu oplever jeg, at jeg selv står forrest og at jeg godt kan gøre det".*

En studerende blandt deltagerne oplever, at hun nu er modigere og mere selvstændig end tidligere: *"Før var det mine forældre, som tog kampene med mit uddannelsessted, når der var behov for at vise mig hensyn. Nu klarer jeg det selv".*

For flere af deltagerne har forløbet betydet, at de nu i højere grad kan skille det personlige fra det professionelle, når de skal leve op til de krav og forventninger, de møder i arbejdet.

Forskellen beskrives sådan af en af deltagerne: *"Nu kan jeg sige til mig selv, at nu er jeg ude på arbejdsmarkedet, og her er det ikke bare mig, der bestemmer. Her er der ting, som jeg er nødt til at gøre. Hvis min chef kommer og siger "smag lige på den her flæskesvær", så må jeg smage på den...".*

En anden deltager siger: *"Det, at jeg har fået et bedre kendskab til mig selv, betyder, at jeg for eksempel i jobsamtaler er meget mere klar over, hvad der er mine styrker og svagheder, og hvad jeg kan og ikke kan arbejds-mæssigt".*

9.1.2. Tilbage i arbejde

Tre af deltagerne mener, at forløbet har haft afgørende betydning for, at de nu igen er i arbejde. Ved starten af forløbet var de sygemeldte. De oplevede alle på det tidspunkt, at spiseforstyrrelsen tog så meget af deres energi, at de ikke kunne arbejde.

Den ene af de tre deltagere blev undervejs i forløbet klar over, at hendes identitet var meget bundet til det at være i arbejde. *"Efterhånden som jeg følte mig stærkere, havde jeg behov for at gå i arbejde igen. Min terapeut var først bekymret for det, men støttede mig i at prøve. Så prøvede jeg og det gik godt. Jeg tror, at det væsentligste var, at jeg havde fået en ny viden om mig selv og en anden og mere positiv opfattelse af mig selv",* fortæller hun.

For en anden af de tre var det afgørende, at hun i forløbet fik nogle redskaber, som gjorde det muligt for hende at håndtere de situationer, hvor hun oplevede at blive stresset af arbejdet, hun siger: *"Når jeg oplever, at arbejdet bliver stressende, bruger jeg nogle af de teknikker, som jeg har lært. Jeg oplever stadig, at min krop løber af med mig, men nu kan jeg håndtere situationerne sådan, at jeg ikke bliver grebet af panik"*. Deltageren har for nylig oplevet at kunne sige fra over for sin arbejdsgiver. Det var helt nyt for hende, at hun kunne være i stand til det. Den tredje deltager fortæller, at det afgørende for hende i forhold til arbejdet har været, at hun nu er god til at mærke sig selv og tolke de signaler, som kroppen giver og så handle ud fra det.

9.1.3. Fastholde arbejde

En af deltagerne oplever, at forløbet har været afgørende for, at hun har kunnet fastholde sit arbejde. *"Tidligere havde jeg mange sygemeldinger. Det var egentlig ikke fordi jeg var fysisk syg, men jeg misforstod mine kolleger. Jeg følte mig meget presset. Så kom jeg i ubalance og kunne ikke gå på arbejdet, fordi jeg følte mig dårlig og var meget ked af det. Nu er jeg stort set ikke sygemeldt, og det er kun, når jeg er rigtigt fysisk syg, at jeg sygemelder mig. Hvis det ikke havde ændret sig, ville jeg have haft svært ved at fastholde et arbejde"*.

For en af de studerende blandt deltagerne har forløbet betydet, at hun har kunnet fastholde og gennemføre sit studium: *"Det havde ikke været muligt for mig at gennemføre mit studium uden, at jeg havde været gennem forløbet. Jeg ville ikke have kunnet koncentrere mig om det, fordi så meget af min psykiske energi var bundet i spiseforstyrrelsen og alt det, som jeg bekymrede mig om"*.

9.1.4. Et ændret forhold

For flere af de øvrige deltagere har forløbet betydet, at de har fået et ændret forhold til enten arbejdet eller kollegerne eller begge dele. Oplevelsen har for de fleste først og fremmest sammenhæng med, at de nu er blevet i stand til at sige til og fra i forhold til deres kolleger og medstuderende. Det betyder, at de også oplever, at relationen til omgivelserne ændrer sig. De føler, at deres omgivelser forstår dem bedre og at de selv bliver bedre i stand til at gøre sig forståelige. *"Jeg har færre konflikter, og de som er der, handler om det, det er. Ikke som tidligere, hvor jeg havde gået længe med tingene. Nu bliver der talt om det, det drejer sig om og på en ordentlig måde"*, siger en af deltagerne.

For en deltager kommer det ændrede forhold til kollegerne af, at hun selv har ændret fokus i sit samvær med dem: *"Jeg er meget mindre fokuseret på andres opfattelse af mig selv. Jeg kan bedre tage det roligt, selv om jeg oplever, at der er noget, som ikke går helt, som det skal. Det betyder også, at jeg lægger større vægt på mine egne vurderinger"*.

Det ændrede perspektiv på sig selv har for en anden betydet et ændret forhold til arbejdets betydning i hendes tilværelse: *"Tidligere var min identitet mit arbejde. Jeg gjorde karriere, og det var det vigtigste, så jeg i hvert fald kunne opleve, at der var noget der, jeg var god til. Sådan er det ikke mere. Arbejdet er ikke længere min identitet på samme måde som før. Jeg ved, hvad jeg kan og er ikke i tvivl om det mere. Jeg ved også, hvad jeg vil og ikke vil være med til på mit arbejde"*.

En af de øvrige deltagere har oplevet, at forløbet har betydet et ændret forhold til både arbejdet og kollegerne. *"Jeg oplever, at jeg er 'vokset fra' mit arbejde og mit eget behov for at øve omsorg for andre. Det er ikke sådan, at jeg mistet min empati, men jeg har ikke længere behov for at se mig selv som en omsorgsperson for andre. Det har ændret hendes forhold til arbejdet, som hun ikke længere finder tilfredsstillende. Det har også*

ændret hendes oplevelse af nogle af kollegerne, som hun nu kan se det hjælpesyndrom hos, som hun selv har levet med i mange år. *"Jeg synes, at det er rigtigt dejligt at have stærke mennesker i mit liv, og jeg har behov for det. Jeg har udviklet mig, og derfor har jeg behov for noget andet end mit nuværende arbejde kan give mig"*, siger hun.

Bilag

Bilag A: Spørgeskema efterundersøgelse 2010

Bilag B: Kommentarer til spørgsmål 3: Hvordan har du udviklet dig samlet set?

Bilag C: Kommentarer til spørgsmål 4: Hvordan har du udviklet dig på det psykologiske område?

Bilag D: Kommentarer til spørgsmål 5: Hvordan har du udviklet dig på det sociale område?

Bilag E: Kommentarer til spørgsmål 6: Hvordan har du udviklet dig på det fysiske område?

Bilag F: Kommentarer til spørgsmål 7: Hvad har behandlingen betydet for din udvikling samlet set?

Bilag G: Kommentarer til spørgsmål 8: Hvad har behandlingen betydet for din udvikling på det psykologiske område?

Bilag H: Kommentarer til spørgsmål 9: Hvad har behandlingen betydet for din udvikling på det sociale område?

Bilag I: Kommentarer til spørgsmål 10: Hvad har behandlingen betydet for din udvikling på det fysiske område?

Bilag J: Kommentarer til spørgsmål 12: Hvilket udbytte har du haft af at deltage i aktiviteter med andre i en tilsvarende situation?



Efterundersøgelse marts - april 2010

Anvend venligst nedenstående skala ved det første spørgsmål

- 0 = ingen tegn på spiseforstyrrelse
- 1 = meget lidt, dukker af og til frem
- 2 = noget, har indflydelse på mine valg
- 3 = styrer mit liv
- 4 = styrer mit liv rigtig meget
- 5 = forhindrer mig i at leve mit liv

1. Hvilken grad af spiseforstyrrelse vurderer du, at du har i dag på en skala fra 0-5?

Kommentar:

2. Hvad vejer du i dag i kg?

Følgende spørgsmål besvares på en skala fra 1-5

- 1 = meget lidt
- 2 = noget
- 3 = en hel del
- 4 = meget
- 5 = rigtig meget

Hvordan vurderer du, at du har udviklet dig i perioden, efter dit seneste projektforsløb hos Abegg & Bro? Det sluttede (Notér konkret sluttidspunkt for forløb).

Skriv et tal fra 1-5 og dine kommentarer til hvert punkt.

3. Hvordan har du udviklet dig samlet set?

Kommentar:

4. Hvordan har du udviklet dig på det

psykologiske område?

Kommentar:

5. Hvordan har du udviklet dig på det sociale område?

Kommentar:

6. Hvordan har du udviklet dig på det fysiske område?

Kommentar:

***Hvor meget vurderer du i dag, at din behandling hos Abegg & Bro har betydet for din udvikling?
Skriv et tal fra 1-5 og dine kommentarer til hvert punkt.***

7. Hvad har behandlingen har betydet for din udvikling samlet set?

Kommentar:

8. Hvad har behandlingen har betydet for din udvikling på det psykologiske område?

Kommentar:

9. Hvad har behandlingen har betydet for din udvikling på det sociale område?

Kommentar:

10. Hvad har behandlingen har betydet for din udvikling på det fysiske område?

Kommentar:

11. Har du deltaget i gruppeterapi, undervisningsgrupper eller cafearrangementer under Væksthuset?

Ja

Nej

De sidste spørgsmål besvares på en skala fra 1-5

1 = meget lidt
2 = noget
3 = en hel del
4 = meget
5 = rigtig meget

Spørgsmål 12 besvares kun hvis du har svaret "Ja" i spørgsmål 11:

12. Hvilket udbytte har du haft af at deltage i aktiviteter med andre i en tilsvarende situation?

Kommentar:

13. Hvor tilfreds har du alt i alt været med din behandling hos Abegg & Bro?

Kommentarer:

14. Hvad vurderer du i dag, havde særlig betydning for dit udbytte af behandlingen hos Abegg & Bro?

Kommentarer:

**Mange tak for din deltagelse!
Theresa, Karen og Athina**

Bilag B – Kommentarer til spørgsmål 3: Hvordan har du udviklet dig samlet set?

Jeg har stadig forskellige områder, som gør at jeg ikke vil/kan betegne mig som helt rask. Men jeg arbejder med det og har et godt bagland til hjælp.

Hjertefunktion, endokrin struma nedsat nyrefunktion, allergi og psoriasis.

Jeg har udviklet mig og indviklet mig igen. Det er svært for mig at sige om jeg er kommet længere end status quo. Lige pt er jeg meget sårbar og synes at spiseforstyrrelse styrer mig mere end nogensinde, selvom jeg synes det har gået godt i en længere periode, så er det det gået helt amok og ude af min kontrol.

Hvor er der bare sket en kæmpe udvikling

Dette afspejler måske et generelt problem med behandlingen: at jeg har svært ved at huske hvordan jeg havde det f.eks. for 2 år siden, så jeg er "berøvet min mulighed" for at fornemme hvor meget jeg har rykket mig.

fordi jeg så lederen direkte ind i øjnene, da han ville trække sit våben, og sagde: "Hvis du gør det, vil det gå værre ud over dig end mig. For vi skal begge leve

Generelt har jeg udviklet mig meget positivt. Mine dæmoner fandt en anden vej i sommeren 2008 hvilket førte til en (mindre) straffesag og dom (ingen anden person kom noget til på krop eller sjæl). Også det kom jeg som person styrket ud af – var i den forbindelse igen til samtaler med Athina

Jeg synes, jeg har udviklet mig samlet set på den måde, jeg opfatter mig selv og andre ting på – desuden den måde, jeg kan håndtere spiseforstyrrelsen og andre svære tanker i almindelighed.

Terapien hos Athina D. har været guld værd for mig, men desværre måtte jeg - ligeledes af økonomiske årsager - afslutte denne efter min egen mening alt for tidligt.

Det, og min psykiske sygdom, blev medvirkende årsag til, at jeg fik tildelt førtidspension pr 1.1.03.

Har tabt mig. Er blevet mor for 1,5 år siden uden at have haft "nedtur" af nogen art. Vejer mindre nu end før min graviditet. Jeg er blevet mere bevidst om hvad jeg spiser, spiser ikke andet kød end fisk, og mest økologisk.

Jeg er blevet gift, fået barn og er i uddannelse. Jeg er glad og mere stabil i hverdagen.

Jeg er blevet meget mere positiv, selvstændig og glad. Jeg har fået en

uddannelse og et arbejde. Jeg blev set og forstået. Det gjorde at jeg fik opbygget selvtillid og selvværd.

Jeg er bare blevet mig selv med almindelige op og ned ture.

Jeg har opnået stor indsigt i forhold til mit eget helbred og kan for det meste mærke, om jeg tager hånd om mig selv eller ej. Jeg har været ude og rejse og er nu begyndt på en uddannelse som jeg er rigtig glad for. Jeg ville ikke have været i stand til, at gøre disse ting, hvis jeg ikke havde arbejdet med mig selv og min spiseforstyrrelse først.

Jeg har stadig mit at kæmpe med. Jeg fik for 2 år siden stillet diagnosen skizofreni, med borderline træk. Så har skulle kæmpe meget. Men mht. min er der kommet meget styr på det med maden, men mine tanker plager mig stadig.

Jeg fik igennem mit forløb i Abegg og Bro en masse redskaber jeg har kunnet arbejde videre med efter afsluttet forløb. Jeg tænker ikke længere over min madindtagelse på samme måde, er dog stadig bevidst om det, men kan sagtens hygge med chokolade og lækker mad i dag. + at jeg er blevet mor til verdens dejligste dreng, det hjælper også meget på det!! ☐

Jeg har udviklet mig efter forløbet. Jeg kunne desværre ikke bruge behandlingen hos Abegg og Bro til komme igennem min spiseforstyrrelse. Jeg opsøgte senere en autoriseret psykolog, der har hjulpet mig ud af mine problemer.

Jeg har også gået i en gruppe på Bispebjerg og det var der jeg fik det bedre ved at følge en madplan

Løbende udvikling med forløbet, men især lige efter da det hele var mindre overvældende og jeg kunne acceptere mine levevilkår og leve derud fra.

Jeg er meget mere selvsikker og er bedre til at følge mine gode og glade impulser

Min erkendelse er blevet langt større. Fået større indsigt i, hvor det er jeg "tager røven" på mig selv. Er blevet stærkere og bedre i stand til at kæmpe imod de usunde tanker!

med andre mennesker selvværd og selvtillid. Uddannelse.

Jeg er blevet bevidst om, hvordan det kan skade kroppen ikke at spise rigtigt.

Siden 2006 hvor jeg også blev student, har jeg været i fuldtidsarbejde, været på højskole og startet videregående uddannelse. Dette har været med til at styrke mig, og jeg er blevet mere bevidst om mine reaktionsmønstre. Dette har også gjort mig mere tilgivende overfor mig selv, når jeg har spist mere end jeg egentlig ville ønske mig.

Jeg er blevet klogere på mig selv. Har fået lidt mere mod på livet, at prøve nye ting uden at lave katastrofe tanker, med det samme.

Det sidste forløb har mere været en "finpudsning" efter de to første forløb jeg har haft. Syntes der hvor jeg rykkede mig mest

Jeg var stort set ude af spiseforstyrrelsen i slutningen af terapien. I tiden lige efter fortsatte jeg i kropsterapi. Kort sagt så længe terapien er i skak går det, men jeg har svært ved at klare det på egen hånd.

Athina har, som den første af en lang række behandlere, jeg har søgt hjælp hos, heriblandt kendte psykiatere, formået at sætte mig i gang med en udvikling hen imod end 10 timer – til den næste dag at sidde med tomme hænder, uden kolleger og uden det mindste at foretage sig.

Samtidig har jeg udviklet ikke mindre end 14 kroniske diagnoser, her iblandt mave-tarm katar, diabetes 2, før højt kolesteroltal, forhøjet blodtryk, svigtende

Det sidste 1 ½ år har jeg flyttet fokus i min behandling fra at have fokuseret meget på det er kendelsesmæssige til nu at fokusere meget (eller endnu mere) på kroppen. Det har været fint for min udvikling at fokusområderne skifter. Det har været et bevidst valg fra min side. Det var en helt utrolig stor udfordring at opleve, at jeg den ene dag havde et stresset med fuldt og spændende liv som leder med en arbejdsdag på sjældent mindre

Jeg er blevet meget mere bevidst om mine handlemønstre. Jeg har lært at se forskel på mit spiseforstyrrelses JEG og mit rigtige JEG.

Jeg falder stadig i dybe huller, når jeg bliver presset og stresset. Jeg har stadig svært ved at være alene.

Mit liv er dejligt efter en dejlig hjælp af Theresa

Jeg prøver stadig at få det bedre. Mit liv og humør er som en jo-jo jeg ikke kan stoppe. JEG VED ALDRIG HVORNÅR JEG KAN KLARE DET JEG Ønsker

Der er mere balance i mit liv. Ud fra terapien med Theresa, har jeg fået nogle værktøjer, som jeg har arbejdet så meget med, at jeg ikke længere tænker særligt over dem. Hvis jeg får nogle symptomer på den gamle spiseforstyrrelse, så ved jeg, at der er noget galt, og så stopper jeg op, tænker over min nuværende situation og ændrer på den, så jeg igen får det godt. Tidligere handlede alt i mit liv om spiseforstyrrelsen (om mad eller at undgå mad), i dag har jeg overskud, og tænker på andet.

Jeg har det bedre i mit liv og tør nu stå frem.

jeg kan en masse i dag jeg ikke kunne tackle før jeg startede hos Abegg & Bro

Har helt klart fået et større selvværd

Har fundet en tålelig måde at leve med spiseforstyrrelsen og dens

begrænser i hverdagen.

Jeg har efter endt terapiforløb fået en bachelorgrad, jeg er blevet gift med en vidunderlig mand, og vigtigst af alt er jeg blevet mor til en fantastisk lille pige. Den person der fik så meget hjælp hos Abegg og Bro virker som en helt anden person nu – men jeg ved, at jeg aldrig havde været her, hvis jeg ikke havde fået hjælp dengang.

Jeg har lært mig selv at kende på en helt anden måde, og ved nu hvorfor jeg reagerer som jeg gør. Har fået så meget kontrol over mine tanker, at jeg kan anvende min fornuft, hvis jeg får det skidt.

Jeg har udviklet mig fra, at have en spiseforstyrrelse gennem 10 år, til at have et meget velfungerende og godt liv uden spiseforstyrrelse. Det forekommer mig som en del af et andet liv, at jeg havde en spiseforstyrrelse.

Jeg har fået ro i og med mig selv

Har ikke cutter i over 1 år. Tanken melder sig.

Jeg føler mig ikke længere invalideret af spiseforstyrrelsen. Jeg kan leve et nogenlunde normalt liv, uden at skulle tage hensyn til sygdommen, som en konstant faktor i alt, hvad jeg foretager mig.

Jeg har fuldført HG+en SSU uddannelse+har nu job på inst.m. Demente. Jeg er fuldt tilbage i livet og i fuld gang med mit liv. Selvom de depressive perioder stadig kommer. Nu søger jeg læge, før isolerede jeg mig.

syntes det jeg skriver lyder dumt. Derfor ingen kommentar

I forhold til accepten af min krop, er jeg nået meget langt. Jeg føler, at jeg nu kan hvile i min krop, som den er på nuværende tidspunkt. Mine spisevaner grænser til det normale. Og i forhold til mine angstoplevelser til eksamener, har jeg fået gode værktøjer, som jeg kan benytte.

Jeg har fået et afslappet forhold til mad, og spiser hvad jeg har lyst til.

Jeg har udviklet mig ekstremt meget. Jeg er blevet meget klogere på mig selv og håndtere min hverdag anderledes end jeg ville have gjort tidligere.

Bilag C – Kommentarer til spørgsmål 4: Hvordan har du udviklet dig på det psykologiske område?

Og det har ikke skortet på situationer hvor jeg kunne øve mig! De sidste 5 år har jeg levet i en gruppe på 18 gamle kvinder i et ældre-bo-fællesskab, som jeg desværre for sent opdagede var dybt præget af livslede, kedsomhed, klike-dannelser, rygter, løgne, bagtalelse og svigt på alle planer. Jeg fik et chok da det gik op for mig, at jeg

Jeg har udviklet mig psykologisk set, jeg føler mig dog mere ustabil. Jeg bliver i tvivl om hvad psykisk vil sige. Mentalt har jeg fået en større forståelse, men det gør det endnu sværere at implantere

Ved godt hvad der skal til for at slippe den, men er ikke stærk nok til, at gøre det selv.

Jeg har en anden sikkerhed. Straffer ikke længere mig selv. Det er stadig en tendens til at blive passiv ved modgang

For det første ved at arbejde mig meget ud af spiseforstyrrelsen, og så ved at lære at håndtere mine tanker på en anden måde i stedet for at lade mig køre ned af dem.

Har fået øjnene op for mange ting i min tilværelse, som jeg har kunnet ændre og se på med et mere positivt syn. Har fået et langt bedre forhold til den nærmeste familie.

Jeg er blevet meget gladere for mig selv både fysisk og psykisk. Jeg ved hvilke symptomer jeg skal holde øje med inden jeg når derhen hvor jeg kunne få det psykisk dårlig, og så for jeg ændret på situationen ved hjælp af de redskaber jeg har fået både gennem dette forløb, og gennem tidligere terapi hos en kognitiv psykolog.

Jeg vil sige, der engang imellem dukker nogle gamle tanker frem

Jeg takler helt anderledes til det bedre for mig og min familie Mit humør og selvværd er bedre også overfor min mor og far. Og til mine venner.

Jeg er vel meget normal, nu

Jeg arbejder stadig med mig selv på det psykologiske område, men ser jeg tilbage på mig selv for bare 2 år siden, er der sket en stor udvikling psykisk. Jeg er blevet bedre til at handle og tage hånd om mig selv, hvis jeg kan mærke at jeg falder tilbage i gamle adfærdsmønstre. Det er svært at sige, det svinger rigtig meget. Lige i øjeblikket er jeg plaget af ked-af-det-hed, men i andre perioder er der måske andre ting, ellers kan jeg have det fint

Jeg er blandt andet blevet bedre til at få bearbejdet mine tanker og følelser

med det samme.

Som før nævnt ændrede jeg mig først da jeg fik anden hjælp end hos Abegg og Bro.

Jeg arbejder konstant med selvudvikling

Jeg er meget mere selvsikker og er bedre til at følge mine gode og glade impulser

Via samtaler hos jer -og i mit nuværende tilbud, er jeg blevet bedre til at vende mine tanker til "rene" mere hensigtsmæssige tanker. Er blevet meget mere nuanceret og har ikke på samme måde brug for, at sætte tingene meget sort/hvidt op (for at kunne være i mig selv).

Jeg kan styre mine tanker omkring mad. Stoppe dem hvis det bliver for meget.

Jeg forstår bedre mig selv nu, men ikke stærk nok til at standse min spiseforstyrrelse når den tager fat i mig.

Synes jeg har udviklet mig rigtig meget, men da jeg (endnu) ikke er ud af spiseforstyrrelsen, kan det ikke blive til mere end 4.

Jeg har lært rigtig meget om spiseforstyrrelsen og mig selv. Det gør det også endnu mere frustrerende når jeg stadig kan falde tilbage.

Jeg er blevet mindre konfliktsky og anerkender det hurtigere, på det bevidste plan, når jeg bliver angrebet. Det betyder, at jeg er blevet hurtigere til at tage konflikter

Desværre har jeg det for tiden sådan at jeg ikke synes at jeg har udviklet mig så meget på dette område i lang tid. Denne opfattelse kan godt skifte ret meget – lige nu har jeg det ikke så godt og er noget "sortseer"-agtig og har mange tvangshandlinger

Overordnet har jeg det godt. Er lige blevet student trods depression og lykkepiller. Har kæreste og god kontakt til mor. Ikke far.

Er for det meste glad for mit job, kæreste, nye lejlighed og at min familie er samlet igen

Det ændre sig meget så det er svært at sige kort.

Jeg har fået mere tillid til andre mennesker og til mig selv. Det betyder, at jeg tør være mig selv. Nu tør jeg fortælle andre, hvordan jeg har det med en oplevelse eller en situation. Det er rart, at turde stå ved, hvem jeg er - og jeg opdager igen og igen, at andre tit har tilsvarende tanker eller følelser. Jeg er føler mig ikke længere anderledes eller forkert. Når jeg føler mig usikker, så er jeg blevet bedre til, at slappe af og være tro mod mig

selv. Det sker stadig, at jeg kan blive grebet af en stemning, og opføre mig på en måde, som jeg senere egentlig ikke havde lyst til. Tidligere ville jeg have haft enormt svært ved, at komme mig over sådan en situation, men det er jeg blevet bedre til. Jeg er ikke så hård ved mig selv eller fordømmende. Jeg er også blevet bedre til at sige fra, at prioritere mig selv og mine ønsker. Det er vigtigt for mig, at jeg har et roligt liv uden for mange aftaler. Når jeg prioriterer mig selv, får jeg ro og overskud til at udforske nogle af mine interesser, og det giver enormt meget god energi.

Jeg forstår nu hvorfor jeg overspiste, trøstede mig selv når jeg var alene. Jeg forstår min generthed.

Jeg har fået en del mere ro omkring mig selv, der er mere selvværd og selvtillid

God til at tænke positivt

Er ofte bevidst om mine handlemetoder og ved hvorfor jeg gør mange ting. Er blevet bedre til bremse mig selv i negative tanker.

Jeg er blevet lidt mere tykhudet og lader mig ikke ligeså nemt påvirke af ydre ting, som jeg tidligere gjorde. Jeg synes, at jeg har opnået en større psykisk balance og et mere harmonisk sind.

I terapi hos Karen Bro har jeg fået værktøjer til at klare udfordringerne man møder. Jeg bruger stadig nogle af de indgangsvinkler og fremgangsmåder som jeg lærte hos Karen. Jeg havde et dårligt forhold til min mor, og Karen vidste som terapeut, at jeg havde brug for en moderlig person til at læne mig op ad – jeg tænker tit på, hvor meget jeg fik ud af vores sessioner.

Jeg har lært mig selv at kende på en helt anden måde, og ved nu hvorfor jeg reagerer som jeg gør. Har fået så meget kontrol over mine tanker, at jeg kan anvende min fornuft, hvis jeg får det skidt.

Jeg har udviklet mig fra, at have en spiseforstyrrelse gennem 10 år, til at have et meget velfungerende og godt liv uden spiseforstyrrelse. Det forekommer mig som en del af et andet liv, at jeg havde en spiseforstyrrelse.

Fået meget forståelse for hvad DER SKETE, OG HVAD DER SKER MED MIG I konkrete SITUATIONER. Forstår også i højere grad mine forældre, min mand og andre i forhold til mig selv og spiseforstyrrelsen.

Jeg kender mig selv bedre, ved hvilke styrker og svagheder jeg har, og hvordan jeg skal støtte mig selv. Føler stadig meget angst ved min vægt/væmmelse ved mig krop, og har stadig dagligt trang til at gå ned i vægt.

Mere overskud, tør sætte grænser, kender mig selv, meget bedre, kan sige fra, udvikler mig stadigt med det jeg har lært, forstår mig selv bedre, hvorfor jeg gør som jeg gør.

Jeg er blevet stærkere og det er ikke længere, så nemt at lade mig slå ud. Jeg kan bedre klare dagligdagens problemer uden at bryde sammen. Jeg føler ikke længere, at min situation er håbløs, og at der aldrig vil komme en positiv udvikling.

Jeg er ikke så opgivende, ser ikke sort på alt, er blevet ret god til at opdage egne mønstre og vende dem.

Mine krav til mig selv er blevet formindsket i forhold til, hvor høje de engang var.

Jeg er blevet stærkere psykisk, men jeg har stadig det depressive i mig, det går dog ikke

Jeg er klart blevet stærkere psykisk og det bliver ved med at gå i den rigtige retning.

Bilag D – Kommentarer til spørgsmål 5: Hvordan har du udviklet dig på det sociale område?

Jeg er lige så social som jeg var før mit forløb hos AogB. Jeg har ikke været indelukket i mange år, Har en ret stor vennekreds.

kaffebord, som jeg ikke har deltaget i de sidste 3 år, fordi jeg bliver syg i sjæl og legeme af at høre de hadske kommentarer, der flyver over bordet.

Claus støttede mig, når jeg var ved at give op og bare acceptere en dårlig bolig for at få kampen overstået. Det har gjort vores venskab stærkere – men han vil stadig

Jeg er mere nervøs for nye mennesker og i tvivl om jeg kan stole på de nærmeste.

rigtigt kunne overskue, eller ikke levede op til mit krav om, at jeg måtte have mine katte hos mig eller ikke havde en altan. Det lykkedes mig at blive ved med at

Men det er først i dette forår, jeg har samlet så meget mod, at det rent faktisk for nylig er lykkedes mig at søge efter, finde OG gennemføre købet af en ny bolig –

Jeg ved hvad jeg kan og hvor jeg er skrøbelig og har fået det formidlet og forklaret. Stor lettelse.

Jeg er blevet mere sikker på mig selv og har kunnet gøre ting, der før ville have været utrolig svære for mig, især med hensyn til at tage kontakt til mennesker.

Er blevet mere bevidst om ikke at isolere mig i perioder, hvor det kniber med positiviteten. Er blevet mere lydhør over for, at andre mennesker kan have andre meninger end jeg selv. Mit arbejde med at se positivt på tingene, har i høj grad været medvirkende til at styrke mine sociale relationer.

Jeg er blevet meget bedre til at sige hvad jeg mener, og giver ofte konstruktiv kritik til mine kollegaer. Jeg er ordstyrer til mange møder, og mine kollegaer kommer indimellem til mig hvis der er en konflikt der skal løses, eller der skal snakkes med lederen om ændringer eller lign. Denne udvikling er jeg meget stolt af. Før turde jeg dårlig nok sige hvad jeg mente, og i dag kan jeg rent faktisk godt li det. Jeg arbejder stadig med mig selv på dette område, og bruger mange af de redskaber Athina har lært mig.

Jeg har næsten skiftet karakter på det sociale område. Jeg ville ikke sige, at jeg er som jeg var før min spiseforstyrrelse, for det bliver jeg nok aldrig. Jeg tænker mere over tingene, og handler anderledes. Men jeg synes bestemt ikke, at der er noget negativt.

Jeg nyder nu mit liv uden at have evig dårlig samvittighed.

Jeg tør søge arbejde og møde nye mennesker.

Alt i f.h.t. andre går godt nok. Almindelig udvikling som hos mine venner og veninder

Her er der også sket fremskridt. Jeg er meget åben omkring mig selv, men har dog stadig visse sociale problemer, såsom kærester, konkurrence og præstation.

jeg er helt klart blevet mere social, før snakkede jeg eller så aldrig nogen, nu ser jeg da nogle af de få venner jeg har.

det sociale har aldrig været et problem for mig selvom jeg har været meget syg.

Som før nævnt ændrede jeg mig først da jeg fik anden hjælp end hos Abegg og Bro.

jeg stå ved hvem jeg er og det vigtigt

Jeg er på ingen måde nervøs social som jeg lidt har været tidligere. Socialt samvær er nu en af mine meget stærke sider

Jeg trives godt med selskab og spiser gerne sammen med kendte andre (fam./venner). Føler mig faktisk mere tryk, når jeg er sammen med andre omkring mad end når jeg er alene.

Mine tænder (eller mangel på samme) begrænser mig helt utrolig meget i alle henseender. Jeg smiler meget sjældent og åbner helst ikke munden, når jeg taler. Jeg er mere eller mindre mimikløs og hele tiden bevidst om min mund.

Jeg undlader aldrig mere, ikke at deltage i sociale arrangementer. Det har også hjulpet at jeg er åben omkring det. Det gør, at har man en lidt dårlig periode, behøver man ikke udeblive, men fortælle omkring det og så tager folk hensyn.

Det synes jeg er svært, at svare på, da jeg endnu ikke er kommet over min spiseforstyrrelse. Da det gik godt og i den rigtige retning havde jeg mere mod til, at gå ud med venner og så har jeg mødt nogle nye bekendte igennem mine arbejds pladser. Lige nu ser jeg ikke så mange og orker ikke, at tage kontakt selv.

blevet bedre til at åbne mig for folk og være den jeg er. Dog hæmmer spiseforstyrrelsen indimellem (men ikke så meget som tidligere), da det kan være svært at overskue det med maden, når man skal spise med andre.

stadig de samme problemstillinger.

Som sagt er jeg blevet hurtigere til at konfrontere dem, der direkte

angriber mig. Men overfor en ætsende led rygte-kampagne står jeg desværre stadig magtesløs. Jeg

og hvor jeg har lov til at beholde mine to katte.

fastholde mine ønsker om det helt rigtige hjem, som jeg havde defineret før jeg startede jagten. Undervejs oplevede jeg den store glæde, at min gode barndomsven

Jeg har nok taget flere ting op med folk jeg havde problemer med her det sidste 1 ½ år end jeg plejer.

Jeg er generelt tilfreds med, hvordan jeg fungerer socialt, så der har ikke været behov for at lægge et behandlingsfokus der.

Jeg var meget udadvendt fra starten af og havde egentlig ikke svært ved social kontakt, men det er da blevet meget bedre i form af at jeg nu har det godt med at spise i selskab med andre.

Jeg har altid haft det let med det sociale, har mange veninder, spiller håndboldt og elsker at gå ud, synger i bandt og laver drama. Jeg er rigtig meget sammen med mine venner og familien selvfølgelig. Også kærestens familie er en dejlig relation i mit liv.

Jeg er blevet lidt mere udadvendt, fordi jeg hader at være alene.

Jeg er mere rolig, og åbent ærlig omkring mine holdninger og ønsker, når jeg er sammen med andre mennesker, både i mit arbejdsliv og mit privatliv. Det har givet mig enormt meget, for det er mere tydeligt, hvor andre har mig, og hvad de kan forvente. Min omgangskreds er blevet mindre, men jeg føler, at de mennesker jeg ses med nu, er nogle jeg virkelig gerne vil ses med, hvor jeg tidligere ikke kunne sige fra, og brugte meget tid på nogle i min omgangskreds, som jeg egentlig ikke følte mig godt tilpas med.

Jeg fungerer anderledes godt socialt, både i min familie og med andre. Jeg har fået en kæreste.

Jeg er blevet bedre til bare at acceptere mig selv blandt andre, og ikke blive usikker i sociale situationer. Kan også bedre håndtere konflikter uden at blive meget usikker

Jeg bor sammen med min kæreste i dag, men har stadig svært ved at være social med andre udover mine kollegaer. Jeg har en ide om at ikke rigtig er værd at være sammen med.

Har ikke været det store problem på noget tidspunkt.

Det svinger meget med mit overskud, men har fået nogle nye veninder, som jeg er rigtig glad for. Vi ses jævnligt, så jeg lever dog ikke lige så isoleret som før. Men jeg har det nu bedst alene. Har ALDRIG lyst til at skulle noget som helst lige inden jeg skal af sted, men ved godt at jeg højst

sandsynlig hygger mig i selve situationen – derfor holder jeg fast! Men lysten er der ikke, og det er frustrerende. Jeg kan kun holde ud at være sammen med folk i ca. 3-5 timer, for så er jeg totalt udmattet og drænet.

Jeg er blevet meget mere udadvendt og er ikke ligeså sky og utryg ved at deltage i sociale arrangementer som jeg tidligere var.

Jeg mener ikke, at mine problemer decideret lå på det sociale område

Det sociale har aldrig været et kæmpe issue for mig.

Var tidligere meget afhængig af bekræftelse og havde svært ved at blive det mindste kritiseret, hvilket påvirkede mit humør gevaldigt, når jeg kom hjem efter sociale arrangementer. Jeg var altid stresset op til større arrangementer, da jeg vidste, at det ville blive svært, at komme til at kaste op. Mit fokus var konstant på muligheden for at kaste op og jeg var meget opmærksom på, om jeg spiste mere end andre.

Jeg har fået meget mere selvværd og dermed tør jeg meget mere når jeg færdes på uvante territorier.

Jeg har deltaget i dagtilbud på Askovhus i 2 år, 2 dage om ugen, sammen med andre fra Rigshospitalets afdeling.

meget i relationerne, kan sætter grænser, hvornår det er min opgave, rette følehorn ind, passe på mig selv

Jeg har stadig svært ved at åbne mig for andre mennesker, og jeg har endnu mere svært ved at knytte venskaber. Jeg har fået nemmere ved at tale med mennesker uden at føle at jeg er sær.

bedre til at sige fra, laver ikke for mange aftaler, der stresser mig, mærker mig selv fremfor at stresser ud.

Jeg var før i tiden meget indadvendt og deltog sjældent i sociale aktiviteter. Nu er min vennekreds blevet større og jeg er langt fra så genert, som jeg var før i tiden.

Jeg er blevet meget mere udadvendt, og har nemt ved at komme i kontakt med nye mennesker.

jeg har altid været meget socialt anlagt, så udviklingen på dette område er ikke så overvældende.

Bilag E – Kommentarer til spørgsmål 6: Hvordan har du udviklet dig på det fysiske område?

jeg har været oppe og veje 73 kg – men var også gravid og fødte et 4 kg tungt barn. Jeg er blevet mere fysisk stærk, men nogle vil nok mene at jeg er (for) tynd.

Jeg har derfor været nødt til at købe en handicap-scooter med 3 hjul, som jeg håber vil hjælpe mig til at bryde min isolation. Jeg har ikke været i stand til at gå

4 kg i den forkerte retning

HELT nyt liv. Lever i dag delvis af at være spinninginstruktør i en fitnesskæde

Jeg har udviklet mig meget og fået en normal vægt, men der er stadig fysiske begrænsninger i forhold til andre.

Har aldrig været doven rent fysisk. Får en del motion i form af hundegåture 3 x dagligt og kondicykling hjemme. Kan dog i periode have problemer med at tage mig sammen på det fysiske område, og dette hænger helt sikkert sammen med, hvorledes jeg fungerer psykisk.

Jeg har tabt mig, men det er ikke altid at mine øjne kan se det. føler mig indimellem stadig meget overvægtig. Vil gerne ned på 64 kilo, men det er ikke noget der går mig på.

Jeg har desværre stadig nogle tilbagefald, men det sker meget sjældent. Det bliver færre og færre

Jeg sover bedre, bevæger mig mere igen og ved at alle de slankekur ikke virker på mig. Jeg accepterer min krop, selvom jeg stadig gerne vil være lettere.

Jeg kan ikke tabe mig, dyrke sport og jeg spiser stadigt dårligt. Dog i meget mindre grad.

Min fysik har det godt i alle retninger

Min krop er ikke syg længere, og det er godt. Min vægt ligger nu mellem 55 og 57 kg. Jeg får min månedlige menstruation. Jeg dyrker regelmæssig motion og spiser regelmæssige måltider. Dog oplever jeg, at jeg i pressede situationer har svært ved at være 100% i kontakt med min krop og at jeg i perioder kan være min krop "utro".

Jeg ligger jo i normal området nu, så min krop fungerer som den skal

jeg var ramt af lammelser i benene på et tidspunkt grundet underernæring, og min krop lignede mest en 10-åriges, men i dag er jeg smuk, ung og dejlig igen ☐ jeg er Sofia igen!

Jeg lever sundere, da jeg ikke presser min krop.

jeg er bedre til at slappe af og ikke over træne

Er blevet mere meget glad for min krop og bevidst om hvorvidt jeg tillægger det fysiske større værdi end hvad nyttigt er.

Jeg vejede på et tidspunkt 72 kg. Jeg tænker selvfølgelig stadig på at spise sundt, men ikke i kalorier osv. Nu vejer jeg 66,5 hvilket er sket af sig selv, og mit fordøjelses system kører stort set normalt

Er stadig langt fra en sund og naturlig vægt, men tror mere på det nu end tidligere. Processen er lang og sej! Føler mig sjældent fysisk udmattet, men knokler heller ikke formålsløst rundt længere. Elsker frisk luft og natur, men hvor jeg før sansede den via gang, løb eller lig., har jeg nu fundet så meget ro i mig at jeg nemt kan sidde og tage den ind via syn, næse osv..

Jeg er meget mere afslappet omkring min krop, men er stadig ikke tilfreds. Men bliver man nogensinde det.

Jeg har fået hund, så jeg for gået nogle ture med hunden og cykler til og fra arbejde ellers bliver det ikke til mere motion, hvilket er fornuftigt, da jeg ikke spiser derefter.

blevet bedre til at åbne mig for folk og være den jeg er. Dog hæmmer spiseforstyrrelsen indimellem (men ikke så meget som tidligere), da det kan være svært at overskue det med maden, når man skal spise med andre.

Slet ikke/meget lidt. Jeg har stadig konstante smerter, som kræver morfin 3 x i døgnet. Jeg er stadig ude af stand til at træne pga smerter især i ryg og knæ,

Jeg er blevet en del bedre til at styre min spising og overspisningerne er blevet mindre generelt

Min krop er begyndt at fungere normalt, jeg for regelmæssig menstruation og får de rigtige vitaminer fra min mad nu.

Jeg spiser meget bedre end før. Dog stadig dårlig vane med for meget slik
Jeg har fået det godt med min krop og spiser sundt efter alt det jeg lærte og det jeg nu har lyst til.

Vægten svinger og min fysiske tilstand varierer. Meget usikkerhed.

Der er vist ikke sket så meget på det fysiske område. Jeg har en større accept af min krop, og går ikke på vægten, men forsøger at mærke efter om jeg er tilfreds – føler mig tilpas. Det er vigtigere for mig, at jeg har det godt mentalt, for så følger kroppen ligesom med! Jeg dyrker stadig den samme mængde motion, og burde nok spise lidt flere grønsager □, men generelt lever jeg sundt.

Jeg er fit for fight, Jeg spiser godt og sundt og som andre. Jeg danser, griner og lever. Jeg sover bedre.

Jeg har fået en meget bedre fornemmelse for min krop; men mangler stadig en del i at acceptere den.

kunne godt have lidt mere energi

Det er ikke blevet bedre. Har fået knogleskørhed og ALLE mine tænder er enten ødelagt eller hevet ud (jeg har 11 tilbage i hele munden!!!!)

Jeg har fået en normal vægt og er blevet langt stærkere fysisk.

Det fysiske og det psykologiske opdeles ikke så rigtigt når man er spiseforstyret. Den afgørende ændring for mig har været, hvordan jeg psykologisk anskuer det fysiske. Jeg har efterfølgende været igennem en fødsel – og jeg er meget stolt af at min krop har klaret det. De ændringer der er sket med min krop ser jeg som værende smukke, fordi det har gjort mig til mor. Jeg ved med sikkerhed, at havde jeg ikke været i behandling hos Karen, havde jeg været ked af fysiske ændringer, hvor jeg nu faktisk er stolt over dem.

Generne i forbindelse med min spiseforstyrrelse (maveproblemer) er forsvundet, og jeg ser i dag meget mere sund ud.

Lidt svært at svare på. Jeg er klart mere afslappet og mere afklaret mht min krop, men også i langt dårligere form. Vægten er stabil, uden at jeg gør det store for det.

Jeg har taget ca. 13 kg. På er holdt op med at ryge, beyndt at dyrke motion. Jeg vil gerne tabe de 10 kg. Igen- men kan godt lide mig selv - også med de 13 kg.

Jeg holder min vægt stabil, og har gjort det i flere år, med enkelte kortvarige vægttab. Min rædselsvægt er blevet flyttet fra 46 kg til 49 kg, det betyder at jeg kan gøre flere ting i hverdagen, og ha mere overskud.

ved rigtig ondt i hoved lægger jeg mig ned, trækker vejret, stresser ned og stoppe før det går for stærkt.

Det føles som om min krop er blevet langt stærkere, og den fungerer meget mere normalt end jeg kan huske, den har gjort på noget tidspunkt. Jeg har nemmere ved at koncentrere mig i længere tid, kan nemmere tage mig sammen til at gøre de ting, der er nødvendige i hverdagen. Jeg mærker stort set ikke ret meget mere til spiseforstyrrelsen. Jeg spiser det meste uden, at det udløser panik eller angst. Jeg får ikke trang til at kaste op eller spise affæringspiller, hvis jeg ikke får følelsen af at jeg har spist for meget. Jeg har ikke længere vægt i hoved hele tiden, men er dog opmærksom på min vægt, selvom jeg aldrig vejer mig.

Mine tarme er irriterede og jeg har stadigt svært ved at koncentrere mig om at lave&spise alt det mad. Har candida og skal faktisk passe meget på ikke at blive træt, miste mit job og isolere mig.

Som tidligere skrevet hviler jeg mere i min krop. Mest grundet, at jeg er blevet guidet til, hvilke former for motion, som er gavnlige for mig. (yoga, pilates ect)

Da jeg kom på 44 kg havde jeg svært ved at komme højere op i vægt, selvom jeg spiste en masse. Men da jeg til sidst stoppede med at fokusere på at tage på, kom det faktisk at sig selv. Så over årene er jeg kommet op på normalvægt, og min vægt ligger nu stabilt. Jeg har dog stadig en del problemer med min mave, efter jeg har spist.

JEG HAR DET RIGTIG GODT!

Bilag F – Kommentarer til spørgsmål 7: Hvad har behandlingen betydet for din udvikling samlet set?

Jeg har været glad for forløbet, fordi det gjorde forholdet mellem min kæreste og mig nemmere....

Jeg følte mig støttet på det pågældende tidspunkt – en god livmoder at være i. Jeg formår dog ikke at tage det med mig.

Jeg er gået fra kraftig depression og selvdestruktiv adfærd til at nyde mit liv! Jeg skal stadig kæmpe lidt mere end de fleste –men et helt andet liv...

Behandlingen passede rigtig godt til mig og det sted, jeg var, da jeg startede

Da jeg i sin tid startede terapi hos Athina D., var jeg tæt på at opgive livet, så terapien har derfor haft en ubeskrivelig stor og altafgørende betydning. Dog ville jeg uden tvivl have været langt bedre rustet, såfremt økonomien ikke havde forhindret mig i at stoppe terapien.

Jeg tror næsten det ville have været umuligt for mig at blive så glad, selvsikker og slank som jeg er i dag. samtalerne har for mig været uundværlige. Athina er meget meget dygtig.

Da jeg startede hos Theresa, var det den form for hjælp jeg manglede. Hjælpen hos hende er meget pædagogisk. Men i slutningen af mit forløb kunne jeg godt mærke, at jeg havde brug for en anden slags hjælp. Så det har helt klart udviklet mig meget.

Det har betydet alfa og omega for mig.

Theresa inddrogede mine forældre, som nu forstå mig og ikke bebrejder mig. Deres ændring betyder meget for mig.

Theresa Hjalp mig et stort stykke og jeg ved jeg altid kan vende tilbage. Det er rart. Jeg må tage udviklingen i små skridt, selvom det trækker i langdrag. Jeg får jo ingen offentlig støtte.

Jeg er bare kommet ovenpå igen,

Det har været en nødvendig hjælp for mig, for at være nået der til hvor jeg er i dag! Jeg har fået en masse værktøj med i min bagage, som jeg bruger jævnlgt. Det er også vigtigt for mig, at jeg stadig har lidt kontakt til Karen Bro.

jeg var utrolig glad for at gå hos Karen, og blev utrolig ked da jeg blev indlagt og ikke kunne gå der mere.

Mit forløb hos Abegg og Bro var meget givende. Karen Bro lærte mig en masse ting, og fik mig åbnet op som ingen andre før har kunnet. Så at jeg

stadig er her den dag i dag, kan jeg bestemt også takke Karen for!!

Behandlingen hos Abegg og Bro gav mig nogle redskaber til at spise/leve sundt. Men terapien ledte mig ikke i nærheden af kernen i de problemer der viste sig som en spiseforstyrrelse.

Da jeg først havde indset at døren stod på klem og det var på tide at træde et skridt dybere ned i mig selv, for at forbedre mit liv, var forløbet en stor hjælp. God guide når man føler at famle rundt i mørke.

Jeg har siden været hos en anden psykolog der har hjulpet mig meget, men Abegg og Bro fik mig i gang med at indse at det skulle til og at jeg havde en reel spiseforstyrrelse og ikke bare stress eller lign.

Mødet med Abegg & Bro har betydet virkelig meget. Det var her jeg første gang øjnede en mulighed for en dag at blive rask. Her blev jeg mødt, som den jeg er -forsøgt forstået....ikke forklaret!

Jeg har lært noget alle steder, hvor jeg i dag bruger forskellige redskaber til at få hverdagen til at fungere så godt som muligt.

Havde jeg ikke gået i behandling, var det kun gået en vej, og det var den forkerte. Jeg havde ikke kunnet bryde mønstret selv, også selvom jeg den dag i dag, stadig kan have svære perioder med hensyn til mad.

Jeg tror at i perioden jeg gik hos jer, har det betydet meget og så har det betydet mindre og mindre efterhånden. Man glemmer efterhånden, hvad man tænke og gjorde dengang. Og derudover kommer man i nye situationer, og får nye erfaringer.

Jeg var ikke parat til behandling på det tidspunkt. Men jeg lærte en del om sygdommen og hvad den gør ved en.

klart at min behandling hos Abegg & Bro har hjulpet meget på min psykologiske udvikling og til at forstå den person JEG er.

Fået den hjælp der netop skulle til...

Helt konkret har Athina reddet mit liv.

Dét at der er ét (kærligt og omsorgsfuldt) sted hvor jeg kan få opfyldt forskellige behov på min vej mod at blive rask, er trygt og hjælper mig. I Abegg og Bro er der både tilbud til "krop, hjerne og hjerte" på ét samlet sted og terapeuterne er gennemgående i alle aktiviteterne. Lige gyldigt hvilket tilbud jeg vælger at tage imod dér kender jeg den terapeut der møder mig, de kender mig og jeg stoler på dem.

DOG er jeg ikke ude af min spiseforstyrrelse, hvilket er en stor skuffelse! Havde håbet at jeg ved min behandling hos Abegg & Bro havde f

Det har virkelig været en kæmpe hjælp og alle pengene værd! Og selv til problemer der måske ikke direkte havde forbindelse til min

spiseforstyrrelse har jeg kunne bruge Theresa helt enormt.. Hvis bare man havde hende i lommen hver dag

Det er den bedste støtte jeg kan få. Theresa forstå mig og giver mig gode øvelser og feedback på min tilstand, så jeg forstår min situation og mig. Jeg får redskabet til at gøre noget, frem for at opgive. Jeg er fuld tilfreds med min behandling

Noget hjælp og noget hjælp slet ikke. Det blev til sidst som om det var min skyld. Jeg kunne ikke noget, godt nok.

Hvis jeg ikke havde gået hos Theresa, er jeg meget bekymret for, hvor jeg ville have været i dag. Det er tvivlsomt, om jeg så ville have været et velfungerende menneske, som kunne bestride et arbejde, have venner, og en kæreste og barn. Det betyder alt for mig, at jeg har gået hos Theresa, og at jeg kan vende tilbage, hvis jeg en eller anden dag, skulle få brug for det.

Det at blive set, hørt og forstået har vendt mit liv til det bedre. Mit selvværd er tydeligt for andre, min generthed kan jeg styre, fordi jeg nu siger fra.

Rigtig meget, da jeg er sikker på jeg ikke ville have været så langt som i dag, uden behandlingen hos Abegg & bro

Jeg lærte en del i de forskellige grupper. Både kropsgrupper og samtalegrupper.

Jeg tror det har gjort en kæmpe forskel. Hvis ikke jeg havde gået hos Abegg og Bro, tror jeg ikke, at jeg var kommet ovenpå i samme grad og slet ikke i samme tempo.

Jeg har fået uundværlige værktøjer, men det er jo stadig mig, der har brugt de værktøjer jeg har fået.

De har hjulpet mig gennem den aller sværeste tid i mit sygdomsforløb

Jeg var aldrig selv kommet frem til hvor jeg er nu. De forløb jeg var igennem, hjalp mig til at arbejde med sider af mig selv, jeg aldrig tidligere havde opdaget. Jeg bruger fortsat nogle af de "redskaber" jeg arbejdede med under nogle af forløbene. (eks. Hvis jeg i perioder er i dårligt humør, skriver jeg dagligt 3 gode ting ned, jeg er opmærksom på min vejrtrækning og jeg er bevidst om, at holde på mig selv i samtale med andre).

Det har betydet ALT synes jeg. Jeg er glad for det liv jeg har efter terapien og er overbevist om at jeg ALDRIG kunne have gjort det selv.

Hvis jeg havde fået forlænget mit forløb hos Abegg & Bro, af kommunen, havde jeg gået der endnu. Jeg blev nød til at skifte til Riget. Det tog lang tid at flade til der. Det var fra Abegg & bro jeg fik at vide hvor jeg skulle søge hen. Det har haft stor betydning for at jeg valgte at tage imod behandlingen på Riget.

Kan bedre lide være sammen med mig selv, jeg er i højere grad god nok.

Jeg var aldrig kommet hertil, hvis jeg ikke havde haft støtte fra Theresa Abegg. Jeg har fået en masse redskaber til at klare min tilværelse, både under helbredelsen og bagefter.

A&B har reddet mig. De formåede at vende mit følelsesregister, knække min sociale dårlige arv og bygge et nyt fundament op i mig som virker. A&B gav mig et sted at, hvor jeg føler mig forstået og ikke blot kigget underligt på.

Jeg kunne ikke have været foruden

Jeg tror ikke at jeg var kommet nogle veje, hvis det ikke havde været for mit forløb hos Abegg og Bro.

Den har betydet at jeg er i live den dag i dag. Jeg vil mene at Karen er den eneste der kunne klare opgaven, så jeg er lykkelig for at jeg fik hende (:

Bilag G – Kommentarer til spørgsmål 8: Hvad har behandlingen betydet for din udvikling på det psykologiske område?

Med pil op ad. Behandlingen har været afgørende i forhold til min videre udvikling og mit liv i det hele taget.
se tidligere svar

Karen prøvede virkelig at få min facade ned, men jeg var på daværende tidspunkt for syg, men jeg har lært at jeg bliver nødt til at lægge facaden, for ellers kan folk ikke hjælpe mig.

Jeg kender mig selv bedre, respekterer mine egne grænser mere og tilgiver mig selv.

Det vendte mit liv fra kaos, overfald og overspisninger til at jeg tør være den glade pige jeg inderst inde er.

At mit negative og depressive humør kommer meget sjældent. Nu ved jeg hvad jeg kan gøre. Og gør det.

Jeg har fået en helt anden tankegang, fra sort til hvid/lys. Det gør at jeg takler livet anderledes.

Jeg har fået øjnene op for min styrke ved at blive støttet og bekræftet hele vejen igennem. Jeg har fået udfordringer, som nok har været hårde, men som har givet mig indsigt i mine stærke og mere svage sider af min personlighed.

det har betydet rigtig meget for min udvikling.

At skille mad og problemer fra hinanden. Jeg har ingen problemer med at spise mad udefra, noget jeg før nægtede. Faktisk havde jeg en periode på 1 måned sidste år, hvor jeg udelukkende spiste junkfood, fordi vi ikke havde brugbart køkkenet.

Min personlige udvikling er voksende, jeg modnes og tør være mig. Jeg tør sige min mening og stå ved mine følelser.

Jeg havde svært ved at slappe af i forløbet hos A&B, fordi jeg vidste at jeg ikke ville blive ved med at have råd, og derfor ikke stabil behandling så langt ud i fremtiden, som jeg vidste jeg egentlig behøvede. Det blokerede for at jeg kunne gøre store fremskridt på dette område.

Det ved jeg ikke, det har jeg ikke nogen fornemmelse af.

: jeg blev ikke rask og mistede kontakten til mine venner. Har fået noget kontakt tilbage.

Manglende stadig en smule, da jeg forlod stedet. Desværre havde jeg ikke råd til at fortsætte.

Jeg er blevet bedre til at håndtere når jeg får en forværrelse af spiseforstyrrelsen

Terapien handlede kun om problemet –spiseforstyrrelsen, og ikke om årsagen til problemet –min opvækst. Jeg synes ærlig talt ikke at behandlingen var kvalificeret rent terapeutisk.

det har jeg lige beskrevet

At jeg turde begynde at røre ved det -gå kontra på spiseforstyrrelsen -stille spørgsmålstegn ved mine tanker!

Hvor jeg før på en skala på 1 til 10 over selvdestruktiv adfærd var på mellem 8-10 – så er jeg nu under 3. Jeg plages ikke af stadige "flashbacks" til dårlige episoder og er ikke længere plaget af dårlige drømme og dage med massive selvmordstanker. Jeg er skrøbelig stadig og tror ikke jeg kommer til at klare et krævende fuldtidsarbejde –men jeg har ET LIV! Se oven for. At svaret ikke kan blive 5 skyldes den kendsgerning, at jeg frivilligt har isoleret mig de sidste år for at slippe for at møde mine 17 naboer.

Jeg har lært at gøre de ting der gør mig glad hvis jeg kommer ind i en periode hvor jeg synes hverdagen er lidt sur. Jeg mærker tit efter hos mig selv om jeg har det godt.

Det er uden tvivl grundet de redskaber jeg har fået via behandlingen, som har hjulpet mig så langt stadig stor indflydelse, nu står kroppen af og den kan ikke holde til det. Nu stopper jeg og trækker vejret. Jeg bruger stadig alt det jeg kan hive frem af terapi erfaringen hukommelsen se punkt 4

Jeg føler i dag, at jeg har alle værktøjer til at kunne stoppe spiseforstyrrelsen og jeg tror på, at det kun er et spørgsmål om tid før jeg er parat til at bruge dem og tage de sidste skridt.

Rigtig meget for mig. Jeg har lært at se faresignalerne og ikke lade mine tanker løbe løbsk, hvis jeg har spist noget jeg måske ikke burde.

Jeg er som sagt, mere afslappet omkring min selvopfattelse, samtaler med Karen Har gjort at jeg har fået vendt en Masse tanker, og lært nye måder at tænke på

Ja da jeg har fået det godt må det også være godt her

Desværre ikke meget, jeg var ikke helt klar til at udvikle mig da jeg gik hos jer

Rigtig meget! Det hjalp mig ud af den snævre box at tænke på og fik mig til at se tingene anderledes. Det har taget lang tid og det har været hårdt.. men det var det hele værd.

Mit liv har vendt sig i en positiv retning, for jeg tænker generelt mere positivt.

Jeg forstod pludselig nogle ting omkring mit liv, kunne se det meget tydeligere og dette hjalp mig til at forstå problemet.

Det har betydet rigtig meget ved at have gjort mig stærkere og gjort mig i stand til bedre selv at kunne håndtere forskellige situationer i livet.

Jeg er blevet meget bevidst om mig selv og mine behov i forskellige sammenhænge. Karen har hjulpet mig til at forstå mig selv bedre og acceptere den jeg er. Og selvom det stadig kan være svært, så husker jeg altid på de ting vi har snakket om.

Udover selve problemstillingen omkring spiseforstyrrelsen har det været med til at udvikle min personlighed og for en større forståelse og respekt for mig selv.

Den hjalp mig til at forstå det nødvendige i mit tempo.

Bilag H – Kommentarer til spørgsmål 9: Hvad har behandlingen betydet for din udvikling på det sociale område?

For mig har den individuelle terapi været langt mere effektiv end gruppeprojekterne.

se tidligere svar

Jeg slapper mere af og er ikke så afhængig af anerkendelse. Tror også, jeg er sjovere at være sammen med.

Jeg kan igen gå ud, inviterer gæster og være sammen med mine veninder ind i mellem. Jeg kan sætte grænser for mine forældre, og leve mere uafhængig af dem.

At være alene det meste af tiden og bare spise, købe ind og rode - er fortid.

Jeg kan nu passe på mig selv. Jeg kan vægte hvordan/hvornår jeg har overskud til at hjælpe andre og sige nej, når jeg er flad.

Jeg lider fortsat af mange mindreværdsproblemer, og har svært ved at knytte mig til andre mennesker, til trods for de mange og gode redskaber jeg har fået. Måske har jeg ikke været heldig at møde de rette mennesker endnu. Jeg kan mærke at jeg er blevet langt mere åben og modtagelig, når jeg er i kontakt med andre.

Har som før nævnt aldrig haft problemer med det sociale.

Nu tør jeg meget mere end jeg nogensinde før gjorde

Jeg får bare vildt lyst til at leve. Jeg ved nu at det skal nok gå, trods sorg og smerte og sorte dage.

Det gav mig venner under mit terapiforløb, og jeg falder lettere i snak med dem jeg senere har mødt, som også har gået hos A&B, fordi jeg selv har gået der.

Det ved jeg ikke, jeg synes ikke jeg kan relatere det til mit sociale liv. Nogle gange er der større "gab" mellem det sårbare, betydningsfulde del i mig og de andre.

jeg blev ikke rask og mistede kontakten til mine venner. Har fået noget kontakt tilbage.

Det sociale har aldrig været et kæmpe issue for mig.

Tror ikke det har betydet så meget på nuværende tidspunkt.

det har jeg lige beskrevet

At jeg turde begynde at tale med mine nærmeste om min sygdom - på en ordentlig måde!

Jeg henviser til svar på spørgsmål 5

se ovenfor

mine samtaler med Athina handlede meget om min sociale udvikling da jeg havde en smule social fobi og dårligt selvværd. Det har jeg ikke længere. Dog arbejder jeg stadig en del på mit selvværd.

Jeg fungerer lidt bedre med mine venner

Jeg tror, at det hænger meget sammen med det psykiske. Fordi jeg er blevet stærkere psykisk, er jeg blevet i stand til at stå mere frem og være mig selv – uden at skamme mig over hvordan jeg ser ud eller hvad jeg siger – foran andre mennesker.

Bruger ikke behandling så meget mere. Jeg bliver ikke så sindssyg vred på folk mere.

se punkt 5

Jeg er blevet bedre til at tage med ud, selvom vi skal spise noget jeg ellers ikke ville have gjort.

Jeg undlader ikke at deltage i sociale arrangementer mere. Jeg har indset at det er lettere at være åben omkring det, om det lærte jeg hos Karen.

Det at jeg har fået mere accept af mig selv via samtalerne, gør at jeg bedre kan slappe af i sociale situationer

Jeg har virkelig fået mod på livet og er glad og kan sætte mine grænser, så jeg ikke stresser eller bliver ked af det.

Hjælpen hos Theresa gjorde, at jeg senere hen selv var klar til at hjælpe mig på det sociale område.

MEGET rart at være et sted hvor stemningen lagde op til at man også kunne snakke i køkkenet og møde andre der også havde det svært Igen vil jeg sige at jeg aldrig har været socialt handicappet. Dog har jeg haft en del konflikter undervejs som Karen har hjulpet mig med at bearbejde, og den proces har givet mig en del redskaber som jeg er evigt taknemmelig for.

Jeg har et arbejde, som jeg føler, at jeg kan bestride og som jeg holder af. Plus at jeg har nogle venner med sunde vaner og interesser, som jeg gerne vil være sammen med, og mit familieliv er rigtig godt.

Er blevet endnu mere åben end tidligere og har fundet mange meget tætte venner siden.

Det har betydet meget, da jeg i takt med min psykiske udvikling har fået mange flere venner, og i det hele taget fået nemmere ved at snakke med nye mennesker

Jeg har fået det godt med mine forældre og jeg er blevet bedre til at bede om hjælp og støtte fra andre.

se nr. 5. Desuden er det jo kun de aller nærmeste (min kæreste og mor) som rent faktisk kender til min spiseforstyrrelse. Så på den måde lever jeg stadig et dobbeltliv overfor øvrige mennesker.

Jeg har nu klaret min ret godt socialt

Bilag I – Kommentarer til spørgsmål 10: Hvad har behandlingen betydet for din udvikling på det fysiske område?

Jævnfør ovenstående om mit forhold til mit fysiske udseende efter fødsel.

se tidligere svar

mindre ondt i maven og muligvis lidt mere energi (svært at måle, når jeg efterfølgende har fået 2 børn). Mere stabilt blodsukker og mindre sukkerafhængig.

Jeg mangler stadig at tabe mig, men det kan jeg leve med nu. Det kunne jeg ikke før. Nu spiser jeg og meget sjældent bliver det til overspisning.

Jeg har det bare godt, almindeligt

Jeg har fået stor indblik i madens betydning for energien og psyken i min krop.

Den egen fokus på rigtig og rigelig mad uden opkastninger og afføringsmidler, har givet mig stor indsigt i kroppens behov og funktioner. Jeg kan mærke kroppen nu og kan bedre acceptere at den fungerer som den gør. Jeg ignorerer ikke længere de signaler, jeg får, når jeg ikke spiser hensigtsmæssigt. jeg har mere energi, og kan bedre koncentrere mig

Er blevet meget bevidst om min krop, hvad der er sundt for den og hvad der kan skade den. Har virkelig lært at mærke efter i min krop samt at føle den!!

Jeg sover bedre og har det bedre med min krop, selvom jeg ikke har tabt det jeg ønskede.

JEG HAR DET GODT FYSISK. Jeg er ved at acceptere min krop. Den er sgu god nok.

Jeg turde ikke give nok slip på anoreksien imens jeg gik på A/B, primært pga. usikkerheden mht. om jeg kunne få lov at fortsætte i behandlingen så længe jeg havde brug for det. Derfor rykkede min vægt ikke så meget i den periode, eller røg ned igen.

Det ved jeg ikke, det har jeg ikke nogen fornemmelse af. Jeg dyrkede den sammen motion, som da jeg startede der. Lange gå ture.

De fik mig til at spise igen, og fik mig til at indse nødvendigheden af fedt mv.

Jeg dyrker lige meget motion og vejer omkring det sammen som dengang. Jeg satte stor pris på Elisabeths kostvejledning.

At jeg igen, så småt, turde tage føde ind igen!

Gennemført massivt vægttab og har de gode virkninger af sund kost! Har det rigtigt godt hvor jeg før var plaget af blodtryksproblemer, diabetes og smerter fra værkende ben.

Det er 100% min egen skyld, jeg har ikke været i stand til at motivere mig selv.

Jeg blev mere bevidst om hvad der er godt for mig at spise og hvad der ikke er. Jeg har også fået et meget naturligt forhold til mad. Jeg elsker at spise, men har ikke store problemer med at styre det.

Jeg kunne jo ikke spise det jeg skulle og ikke lade være med at spise det jeg ikke skulle. Min anorektiske side sultede mig i perioder og min overspisning var meget usund.

Dét, at få massage har været grænseoverskridende for mig. Men det har spillet en stor rolle i forhold til accepten af min krop. Og vejtrækningsøvelserne kombineret med andre fysiske øvelser har været rigtig gode + akupunktur!

Jeg har fået en sund og stærk krop og kan virkelig mærke den forskel mad, vitaminer og kosttilskud har gjort. Stor hjælp også fra Carmen.

Jeg er nået rigtigt langt ift. ikke at ryge tilbage i anoreksien, selvom jeg dog stadig mangler at knække de sidste koder ift. de overspisningsmønstre der stadig er.

Ville ønske jeg kunne acceptere min krop i højere grad, men det er dog blevet meget bedre.

gruppeforløbene og kurset i Qi Gong har givet mig større fornemmelse af, hvad jeg kan lide/ikke lide fysisk

Jeg fik en rigtig god indsigt i hvordan min krop og psyke virker når jeg spiser forkert.

Ærligt syntes jeg kun at mine timer med ernæringsterapeuten skabte et mere usundt fokus på mad for mig. Jeg lærte selvfølgelig nogle helt basale ting, men at skulle skære nogle madgrupper helt ud, skabte kun mere fokus på mine overspisninger og hjalp umiddelbart ikke med at normalisere mit forhold til mad.

Ikke det store.

Jeg er sundere, og har et naturligt forhold til min krop.

Jeg er fortsat opmærksom på min krop, og spiser velovervejede og sundt, men det er mere fornuftigt og afvekslende. Jeg har taget på siden, og har accepteret det, selvom det til tider er svært, men tænker mere over velvære og dvs. også spise hvad jeg har lyst til fordi det smager godt.

Mit virkelighedsbillede er blevet meget skarpere og det gør, at jeg bedre kan se mig selv som en helhed. Jeg presser i mindre grad mig selv ud i noget fysisk hårdt uden at have energien. Min krop fungerer rimeligt normalt. I forhold til mad, bruger jeg råd fra ernæringsterapien

det har været godt at der har været fokus på at "mærke" min krop, for det er faktisk rigtig svært! Ikke noget jeg har udviklet nok.

Alt det med spisningen og opkastning er overstået og normalt

Bilag J – Kommentarer til spørgsmål 12: Hvilket udbytte har du haft af at deltage i aktiviteter med andre i en tilsvarende situation?

Generelt får jeg meget ud af at være sammen med andre i tilsvarende situation - for spejlingen og forståelsen er altafgørende for at arbejde med mig selv og ikke føle mig alene i verden med alle de destruktive tanker og handlemønstre.

Det var grænseoverskridende, men samtidig det, der har rykket mest ved mig under hele forløbet. Øvelserne blev meget konkrete og kunne overføres til egen hverdag.

Jeg havde det svært i gruppeterapien fra starten. Men imod slutningen blev vi venner og støttede hinanden da vi blev gravide. Dejlige venskaber på en helt anden dyb måde.

At gå i gruppeterapi var svært men godt. Jeg turde pludselig tale til mere end en af gangen

Det betød at der ikke er noget galt med MIG, jeg havde bare en sygdom. Gruppe og det sociale var og er svært for mig.

Det var rigtig rart at få undervisning med andre i samme situation, og der blev dannet gode og sunde venskaber blandt mange af os.

Gruppeterapi, cafeaften og kreativt var meget hyggelige, men lidt for langt væk for mig. Anoreksi pigerne var søde men ikke så god stemning.

Det har været rigtig rart med andre (Ida) i samme situation, især fordi vi koncentrerede os om at male/tegne, og ikke snakkede spiseforstyrrelsen.

Det betyder meget, at høre og se at man ikke er alene og de samme problemer og, at de andre måske har nogle gode råd til en

Det var godt at møde andre med de samme tanker og bekymringer som en selv, dog var det svært når der var kontrolspisere eller anorektikere i gruppen, når man selv spiser for meget.

Jeg deltog i gruppeterapi et par gange, før jeg erklærede at jeg ikke ville komme der mere. Jeg kunne ikke identificere mig med nogle af de andre unge og følte mig enormt malplaceret og sygeliggjort.

det har jeg lige beskrevet

Jeg forstod vist ikke ret meget og følte mig akavet.

Jeg har været så heldig, at jeg i forvejen kendte en af de andre deltagende – faktisk er hun min bedste veninde. Så der har været rart at snakke med andre i samme situation, netop fordi de har en større forståelse.

Det har været lærerigt og befriende at være sammen med andre der forstår de følelser der er omkring pårørende, uddannelse, sociale ting mm.

Det har været rart at snakke med andre der i større eller mindre grad har det som en selv. Og har også været gode øvelser i at håndtere sociale situationer

Jeg følte mig tryk

Jeg har deltaget i noget tegneterapi og været på nogle ture ud af huset hvilket jeg har syntes var virkelig rart. Tegneterapien har lært mig at det er vigtigt at få tingene ud af systemet og turene ud af huset med Cecilie og Karen var bare skide hyggelige.

Det var rart og befriende, at jeg ikke var alene om, at have spiseforstyrrede tanker, følelser og problemer. Det var også inspirerende, at høre hvordan de andre arbejdede med deres forstyrrelse.

Jeg har fået en ny veninde

Jeg kan ikke altid forholde mig til de andre. Jeg sidder med en følelse af at være omringet af mennesker der har det så svært med deres krop og liv, at det er svært for mig at være i.

Selvom det har været vigtigt med den individuelle terapidel, har jeg også været meget glad for gruppeterapien. Det er en stor hjælp at møde andre kvinder og føle, at man forstår hinanden og selv bliver forstået på en måde, som man ikke gør på arbejdet, studiet eller andre steder udenfor terapien. Desuden er der nogle virkelig gode og spændene grupper hos Abegg og Bro.

overvælder mig.

Det åbnede mine øjne endnu mere. Mere viden omkring behandling, udbredelse af spiseforstyrrelse og andres erfaringer med spiseforstyrrelser.

Bilag K – Kommentarer til spørgsmål 13: Hvor tilfreds har du alt i alt været med behandlingen hos Abegg & Bro?

At blive mødt med omsorg og forståelse, var enormt healende, når jeg som spiseforstyrrede havde en masse indre hårdhed. Derudover tilbød stedet en masse forskellige tilbud, så jeg kunne være der ofte i form af kostvejledning, gruppe og kropsterapi, hvilket gav mig et andet hjem, som skabte mere tryghed og frihed i mit liv.

Tryghed til indimellem at gøre mig fri fra mine tanker og ensomhed.

Det har været fantastisk oplysende og omsorgsfuldt for mig. Der mangler blot en fastholdelsespolitik

Mangler fortsat at slippe mit problematiske forhold til mad.

Jeg fik hjælp hos Abegg og Bro på et tidspunkt, hvor jeg var meget sårbar og ked af det. Mit liv ændrede sig radikalt i kraft af den hjælp jeg fik.

Jeg har været glad for at være i behandling hos jer, og begrundet mit 2-tal med at jeg jo desværre ikke blev helbredt. Det er der selvfølgelig mange årsager til, men hvis jeg skal måle det i, hvor jeg er i dag og hvor jeg var efter start hos jer, fylder spiseforstyrrelsen stadig ligeså meget i hverdagen. Jeg har dog fundet måder at leve med den på, så jeg trods alt ikke er helt så begrænset som tidligere.

Jeg var som sagt rigtig glad for at komme hos Karen, og selvom jeg var for syg synes jeg selv at jeg fik rigtig meget ud af det.

Forløbet på ca. 2 år, har været fundamentet for et langt bedre liv, der nu giver meget mere mening end det gjorde før forløbet. Jeg er meget taknemmelig for, at have haft muligheden for at komme i omgivelser, der omfavnede mig, forstod mig, imødekom mig og hvor der emmede af fred, ro og rumlighed.

At de ikke så ned på mig, Theresa støttede mig og hun gav ikke op. Jeg fandt ud af at jeg tænkte meget negativt og var meget bange for at såre andre. Det er jeg ikke i dag, hvor jeg passer på mig og mit barn og min familie.

At jeg blev set, hørt og forstået. Jeg blev et menneske. En personlighed.

Terapeuten Theresa har betydet alt.

Jeg kan ikke være andet end meget tilfreds. Før jeg startede behandling var min hverdag et helvede med dybe depressioner, tanker om selvmord og selvmordsforsøg. Jeg kunne ikke fastholde, hvad jeg gik i gang med, hvad enten det var job, hobby eller min hverdag med mine to børn i øvrigt. Theresa hjalp mig med at fastholde mit ønske om helbredelse, selv når jeg var allermost opgivende. Jeg var overbevist om, at jeg aldrig kom videre, men mit ønske om et bedre liv, og det at Theresa aldrig gav op, men opildnede mig, når mit sortsyn truede min helbredelse.

Kombinationen af gruppe, individuel terapi og ernæringsterapi + madgruppen. Sidstnævnte hjalp mig meget i forhold til at turde spise sammen med andre, og få forståelse hvilken funktion maden har i kroppen – hvorfor den er så livsnødvendig.

Kan vist snakke på både min egne og mine forældres vegne. Vi har været mere end tilfredse med forløbet hos Abegg og Bro. Som mine forældre siger: "det er de bedste penge de har givet ud"

A&B er stadig en tryk og god støtte for mig.

Det har jeg lidt svært ved at gennemskue, da jeg først synes det er kommet senere.

Jeg føler mig tryk hos Theresa. Jeg slapper af i hendes oase.

Det at det er et rart og lyst sted, at alle behandlere var smilende og imødekommende.

At Theresa er så specialiseret og kender meget til at have en spiseforstyrrelse, og kan gå med ind i de syge tanker, og forudse dens næste træk. Muligheden for ringe til Theresa i hverdagene og skrive sms var rigtig rigtig godt for mig.

Under mine samtaler skrev Karen og jeg forskellige ting ned om de ting vi snakkede om, om de ting jeg skulle arbejde med, og hvordan jeg kunne gøre det. Disse sider har jeg beholdt, hvilket jeg har været rigtig glad for, for de har gjort, at jeg har kunne gå tilbage og huske på de ting, vi snakkede om, og selv kunnet arbejde med de "metoder" jeg fik med fra samtalerne.

Undertiden da jeg gik der, var jeg meget tilfreds med det, for det var hyggeligt og jeg følte mig tryk. Set i bakspejlet synes jeg ikke at jeg er kommet længere med mit misbrug og savner nu at der havde været en målsætning og konkrete redskaber til at komme videre med. Konkrete redskaber mener jeg ikke madopskrifter og en uge plan, men en læring af handling, når de svære følelser overtager styringen i mit liv.

Det eneste der betød noget for mig var gruppeterapien og lidt psykolog hjælpen, jeg var ikke klar til behandling på det tidspunkt, da jeg ikke selv gad, men jeg blev klogere. Med en tilstrækkelig terapi er jeg overbevist om, at jeg ville have fået det så meget bedre, at jeg ville have kunnet bidrage med mange positive ting i samfundet – lønnet såvel som ulønnet arbejde. I dag må jeg desværre erkende, at jeg stadig er for svingende til at kunne påtage mig faste opgaver over længere perioder.

Har været meget tilfreds med forløbet. Hvis jeg skal give et enkelt råd, er det mindre fokus på det alternative. For mig betød det, at der var ting jeg havde svært ved at forholde mig til, jo mere rask jeg blev.

At det er okay at bede og få hjælp. At det nok skal blive bedre, men at det nok altid vil være en del af mig, og komme frem i stressede perioder. Gruppeterapien var udbytterig.

Jeg beklager at jeg ikke kan komme med flere positive kommentarer, men jeg er bare ærlig.

Fik nogle gode redskaber, som hjælper mig i hverdagen til at undgå at kaste op. det har jeg lige beskrevet

Taknemmelig for at blive mødt som Trine, med en spiseforstyrrelse og ikke blot, som en spiseforstyrrelse der kom slæbende med Trine!

Jeg var tryk fra første færd. Jeg følte mig for første gang i mit voksne liv for alvor som et værdigt menneske efter nogle gange. Jeg kan ikke rose min behandler Athina nok! Mit møde og samtaler med Athina har fuldstændig forvandlet mit liv, Jeg vover nu – i

hvert fald ind imellem – at tro på, at jeg måske er så stærk, følsom og kombinationen af Athina og Lise med skift på det rigtige tidspunkt.

Mine samtaler med Athina har betydet alt. At jeg skulle skrive ”dagbog” fra gang til gang, og hendes støtte og vejledning når jeg skulle øve mig i at sige fra overfor venner og skolekammerater. Tak for det!

Mere end 100%, hvis dette er muligt. Dog kan jeg kun beklage, at mulighederne for offentligt tilskud til terapi hos en psykolog er så ringe, som de er – og endnu ringere for personer over en vis alder.

Det har været et rigtig godt forløb – en blanding af samtaleterapi, fysisk aktivitet, kreativitet med mere. Det har ramt meget bredt i forhold til, hvis det udelukkende havde været samtaleterapi.

At jeg har kunne tale med en der forstod mig og kunne hjælpe mig til at forstå mig og min situation, min rolle i familien og mit alt for store ansvar for andre. At min mor og bror også kan komme med i terapi.

Jeg er glad for alle de forskellige tilbud som der er for mig, selvom jeg er ude af spiseforstyrrelsen. Terapien hjalp mig med at finde mig selv og stå ved mig selv.

Det første og eneste sted jeg har kunne ha tillid til en behandler. Den tillid fører med til andre behandlere.

Athina trækker det hele rigtig meget op. Jeg kunne have ønsket en bedre sammenhæng i behandlingen. Jeg har kun benyttet mig af Athina's hjælp hos Abegg & Bro, men den hjælp har altså også stort set hjulpet mig helt af med min spiseforstyrrelse.

Jeg ved egentlig ikke hvad der skulle have været anderledes. Jeg ved godt at man som ”patient” selv bærer det store ansvar.

Jeg har det rigtig godt. Jeg har arbejdet meget med mig selv efter jeg stoppede ude hos Theresa, og har i den grad været glad for alle de terapier vi har haft. Jeg er meget glad for jeg skrev så meget ned, mens jeg snakkede med Theresa. Jeg har ofte taget fat i mine noter og har efterfølgende blevet meget mere rolig og i bedre humør.

Theresa har virkelig lært mig meget.

En anden glædelig nyhed er at jeg netop har fået en dejlig kæreste. Udover at det er dejligt at være forelsket, så er det nok også meget sundt for mig at der kommer en og roder lidt op i mine systemer. Det er vist ikke det værste der kan ske.

Havde ikke været der hvor jeg er i dag, hvor jeg ikke var startet i behandling. Jeg har været rigtig glad for at gå der og vil også blive ved med at komme der fremover. Alle behandlerne rigtig flinke og man føler sig altid velkommen

Dejligt sted med dejlige mennesker

Det har helt klart hjulpet mig meget, selvom jeg er sikker på, at det var min egen indstilling på at komme ud af det, der gjorde det endelige. At der kom nogle afklaringer på, hvad en spiseforstyrrelse handlede om. Det blev lovligt, at snakke om imellem mine forældre og jeg. Det har helt klar været det mest betydningsfulde, at mine forældre og jeg har kunnet snakke om det, på en ærlig og afslappet måde.

At jeg kunne rigtig godt med Athina, at stedet var hyggeligt og uhøjtideligt, og at jeg fik redskaber til selv at takle problemerne.

Især mine timer hos kostterapeuten fungerede ikke for mig, men jeg fik stor hjælp til at begynde at mærke min egen krop og at kunne holde ud at være i den.

Rigtig tilfreds. Ville ikke have kunnet klare mig uden Karen.

MEGET TILFREDS! Jeg tror, at det betyder meget, om terapeuten passer til ens person, og jeg havde det utroligt godt med Theresa. Det betyder også meget, at der arbejdes med både krop og sind, for det hører sammen. Jeg havde mest udbytte af terapien, da min forstyrrelse skyldes min opvækst og oplevelser. Det fik jeg behandlet rigtig godt med Theresa, blandt andet ved at skrive breve, fysisk at sige fra og samtale.

Absolut tilfreds. De mange råd og værktøjer jeg har fået til at håndtere mine særlige situationer.. At jeg vidste at jeg altid kunne komme og få noget hjælp.

For mig har det været af stor betydning at I har den store viden om spiseforstyrrelse og alle aspekter af den. Man føler sig ikke forkert eller anderledes, man føler at det er ok at man er som man er og I er der for at hjælpe

At min terapeut forstod mig, fik mig til at åbne mig op og indse problemstillinger i mit liv. Det kom til at handle om hele mit liv frem for kun spiseforstyrrelsen og dette var i virkeligheden hele grobunden for problemet. Så jeg fik bearbejdet de fortids "problemstillinger" der var og fandt frem til kernen af mig selv og hvor denne spiseforstyrrelse og overdrevet kontrol oprindeligt bundede i. Der var hjemlig hygge og ro. Jeg følte mig velkommen og godt tilpas. Kemi med terapeuten og stedet var vigtigt og havde stor indflydelse for udbyttet.

Nogle fantastiske terapeuter, der behandler en som et menneske og ikke som en sygdom. Alle får en individuel vejledning og jeg føler at behandlerne kender en rigtig godt.

Det er altid rart at komme et sted, hvor man bliver taget alvorligt. I min optik er behandling i sidste ende op til en selv, hvorvidt man er villig til at hjælpe sig selv. Som sagt tidligere, tvivler jeg på, at jeg igennem andre behandlinger havde fået det samme resultat, så jeg er fuldt ud tilfreds og taknemmelig for at have gået her. Det har gjort en rigtig stor forskel for mig at være et sted, hvor man ikke blot ses som en klient, men hvor der er så stor omsorg og interesse for en. Ernæringsterapien fandt jeg aldrig ud af, hvad jeg skulle stille op med.

Det er blevet en del af min identitet, at have gået i terapi og jeg er meget stolt af det!

Det samlede forløb, der gav mulighed for at komme godt rundt med både individuelle samtaler, gruppeaktivitet og med hjælp til det mere fysiologiske omkring mad, vitaminer og mineraler.

Ikke ude af spiseforstyrrelsen, hvilket jeg selvfølgelig havde håbet. Syntes der har været en rigtig god ihærdighed for at det skulle lykkes, men det var bare som om "de vise sten" aldrig blev fundet.

meget svært at svare på

Jeg fik den hjælp jeg havde brug for.

Behandlingen passede godt til mig, det individuelle fokus, kombinationen af ernæringsterapi og psykoterapi.

støtte til at åbne mig, det har også betydet noget over for andre senere

Bilag L – Kommentarer til spørgsmål 14: Hvad vurderer du i dag, havde særlig betydning for dit udbytte af behandlingen hos Abegg & Bro?

Omsorgen og forståelsen. At føle sig mødt.

Det har været godt at kunne deltage både i individuel terapi kombineret med gruppeterapi

Det er en vifte af faktorer: det var af betydning: at jeg på det givne tidspunkt var klar til at modtage hjælp og klar til at ændre min situation. Som beskrevet ovenstående var spiseforstyrrelsen blot et symptom på bagvedliggende problemer. Derfor var den individuelle terapi af stor betydning. Her fik jeg bearbejdet de problemer, der lå bag spiseforstyrrelsen. Så tror jeg at kombinationen af kostvejledning og terapi var en god indgangsvinkel til en person, hvor spiseforstyrrelsen er altoverskyggende. se venligst mine tidligere svar.

Karen prøvede at lære mig at mærke mig selv, bla. ved massage, hvilket var fantastisk for min situation, derudover var Karen den første psykolog jeg følte jeg kunne være ærlig overfor, og som jeg følte jeg kunne bruge til noget. Der var altid rart at komme og man følte sig velkommen hver gang man kom. Jeg følte at jeg kunne sige næsten alt, uden at der blev set skævt på mig.

Måden det hele var skruet sammen på, gav meget mening. Jeg startede med samtaler hos Karen det første år, derefter samtaler med ernæringsterapeuten og slutteligt gruppeterapi (fortsat med enkelte samtaler hos Karen).

Terapien hos Karen var enestående. Følte mig forstået og set. Det er altafgørende hvis man skal videre!

Jeg har rigtig svært ved at forklare hvad der har haft en særlig betydning. Men en stor betydning har det haft!

Jeg kan konstatere at jeg fik gjort noget for at ændre situationen.

Terapeuternes kærlige og åbne tilgang til mig og de andre klienter
Min forståelse af hvorfor jeg var syg, og alle redskaberne jeg fik til at bekæmpe sygdommen.

Jeg fik desværre efter forløbet meget svært ved at tage mine personlige problemer op igen og det varede således længe før jeg fandt en ny psykolog der kunne hjælpe mig.

Karens store empati. Jeg satte stor pris på at få gode råd og kommentarer samt følelsen af dialog og ikke "krydsforhør", som jeg oplevede det i tidligere psykolog behandlinger.

det har jeg lige beskrevet

At I "bed" jer fast - ikke gav op! Det lærte mig, at bide mig fast og ikke give op. Der er ingen let vej ud af en spiseforstyrrelse, men der er en vej ud. Processen er lang og sej - og der skal kæmpes og mases på. Kæmper og maser dagligt, men kampene bliver lettere og lettere at vinde nu!

Modsat har det også hjulpet mig at blive bekræftet i de positive

Primært at have kontakt til en person, som dels gav mig modspil – selv om dette på daværende tidspunkt gav mig mange nedture. At blive gjort bekendt med ens egen dårlige fremtoning, evt. negative opførelse over for andre mennesker. Kort sagt at få nogle negative sandheder smidt i hovedet, som jeg måske godt var klar over, men som jeg skubbede fra mig og ikke var så villig til at erkende/alternativt at blive gjort opmærksom på negative ting, som jeg ikke har været bevidst om.

Den fortrolighed man opbygger til sin behandler. Uden tvivl

Lise's faglige kompetencer, hendes ro og evne til at skabe det rum, hvor jeg har kunnet udvikle mig i mit tempo.

For det første, terapien med Karen. Hun hjalp mig til at indse en lang række ting omkring mig selv og andre mennesker. Jeg kunne nævne en lang, lang liste, men generelt gav hun mig nogle redskaber til at tackle svære hverdagssituationer, og fik jeg mig at indse at jeg ikke er unormal.

Det er svært at vælge en ting, da det hele samlet har indvirket på hinanden, men det er nok mange samtaler med Karen som er det der har betydet mest.

At få en reel betegnelse for hvad jeg fejlede og lære at bare være i mig selv. Karen og hendes måder at gøre tingene på. Jeg har efterhånden mødt alt for mange psykologer, terapeuter, psykiatere og alternative behandlere og Karen er den eneste der har formået at nå ind. Tak!

Jeg tror det, der har haft størst betydning for mig var mine samtaler med Karen. Desuden havde det en stor effekt på mig, da jeg omkring starten af mit forløb havde en samtale med Karen, Theresa og mine forældre. Som sagt i punkt 13, har selve miljøet og menneskerne gjort en verden til forskel. Jeg gik tidligere hos en psykolog, hvor det var enormt klinisk og nærmest sterilt, så det var en kæmpe forandring at komme ind i det her super personlige og varme hus, hvor alle er glade og smilende, så snart man træder ind af døren. Atmosfæren gjorde, at jeg følte mig tilpas og gav næsten en følelse af at være hjemme.

Kemien med min psykoterapeut. Rammerne hos Abegg & Bro.

Forholdet til mine forældre har været en vigtig faktor. Vi har aldrig haft det bedre med hinanden. Desuden har jeg mod på livet og er endeligt kommet i gang med en uddannelse. Oven i købet drømmeuddannelsen J. Jeg har opfundet motto'et: "things work out, they always do" – mens jeg rejste i Asien, og det er stærkt inspireret af min terapi-tid.

har været godt at de pårørende også bliver inddraget i behandlingen. Det tror jeg har stor betydning, da de pårørende vil få en større forståelse for problemet, som ville kunne gøre det nemme at for dem at støtte "det sunde liv".