

## Metodeudvikling

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

Projektets metodemæssige formål:

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

## Teamet bag forløbet består af:

Psykiater Jens Frydenlund

Cand.psych. Athina Delskov HD(O)

Ledende psykoterapeut Theresa Abegg K.

Ledende psykoterapeut Karen Bro

Krops-psykoterapeut Lise Benthien

Ernæringsterapeut Carmen Villefrance

Vi forudsætter, at deltagerne har kontakt til egen læge



**ABEGG & BRO**  
*Center for spiseforstyrrelser*

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



**ABEGG & BRO**  
*Center for spiseforstyrrelser*

## Terapiforløb for personer med Spiseforstyrrelser

Metode udviklet med  
bevilling fra socialministeriet

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

### *Målgruppe*

Børn, unge og voksne der har spiseforstyrrelser eller udpræget risikoadfærd med tvangsmæssige:

- Slankekur / Vægtregulering med motion / opkastning
- Overspisning / Kontroltab / Vægt- og sundhedsfokusering

### *Udbytte*

Forløbet skal øge personens forståelse af sig selv og indsigt i spiseforstyrrelsens livsstil, samt understøtte en proces, der muliggør et hverdagsliv, der ikke styres af spiseforstyrrelsen.

### *Individuel tilpasning*

Forløbet har en ensartet grundplan for alle klienter, kan dog tilpasses individuelt efter behov. Ved henvendelse tilbydes en forsamtale, hvor ønsker og muligheder diskuteres.

### *Indhold*

- 23 gange individuel terapi
- 6 x 4 timers undervisning i gruppe *eller* 8 x 3 timers kropsbevidsthed i gruppe
- 5 gange individuel ernæringsterapi
- 2 gange *pårørenderådgivning*
- 6 x *pårørenderådgivning i gruppe*
- Sociale aktiviteter under Væksthuset

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

### *Evaluerings og statusrapport*

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

*Nye klienter starter løbende.*

### *Individuel terapi*

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

### *Undervisning i gruppe*

Ved brug af modeller og øvelser arbejder deltagerne med, hvem de er, og hvordan de kan håndtere deres relationer til andre. De får styrket deres mentale forståelse og gennem samarbejdet med andre får de mulighed for at få nye forståelser af sig selv og andre mennesker.

### *Kropsbevidsthed i gruppe*

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

### *Individuel ernæringsterapi og kostvejledning:*

Sætter fokus på madens påvirkning af den psykiske tilstand. Der vejledes i ernæring og kosttilskud, som understøtter kroppens genopbygning og specifikt styrker fordøjelsesproces, immunsystem, hormonsystem og hjerne.

### *Pårørenderådgivning*

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

### *Væksthuset*

Spiseforstyrrelsen har ofte indsnævret interesseområdet. Inspirationen kan åbne for omverdenens nærende og sjove og sociale oplevelser. Derfor tilbydes sociale aktiviteter og undervisning på små hold (primært efterværn), se særskilt brochure.