

## 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

Baggesensgade 9 – 2200 København N

Tlf.: 48249824 – [www.abeggbro.dk](http://www.abeggbro.dk) - mail: [center@abeggbro.dk](mailto:center@abeggbro.dk)

010210



**Abegg & Bro**  
Center for spiseforstyrrelser

## Helhedsorienteret forløb som Efterværn mod spiseforstyrrelser

Metode udviklet med  
bevilling fra socialministeriet

Ved at videreudvikle deltagerens personlige og sociale færdigheder støttes den proces, der leder til et hverdagsliv, der ikke styres af spiseforstyrrelsen.

### *Hvem kan deltage*

Personer fra 14 år og opefter, som har været behandlet for spiseforstyrrelser, og står foran en social generobringsproces.

### *Udbytte*

Forløbet videreudvikler deltagernes personlige og sociale færdigheder, så de opnår større selvværd og kan deltage i det almindelige samfundsliv herunder uddannelse og arbejde.

### *Individuel tilpasning*

Forløbet kan tilpasses individuelt efter behov. Ved henvendelse tilbydes en forsamtale, hvor behov og muligheder diskuteres.

### *Indhold f.eks.:*

- 15 x individuel terapi
- 8 x gruppeterapi *eller*  
8 x kropsbevidsthed i gruppe
- 5 x individuel ernæringsterapi
- 2 x pårønderådgivning
- Aktiviteter under Væksthuset

Aktiviteterne søges placeret, så deltageren kan passe uddannelse/job samtidig med forløbet. Der er typisk 1- 2 aktiviteter pr. uge.

### *Evaluering 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:*

Terapien er overvejende jeg-støttende og følelsesforløsende, hvor objektrelationen til terapeuten er bærende. Gennem forståelse og spejling bygges et mere sikkert fundament, der skaber struktur i fht. det indre kaos og opbygger evnen til grænsesætning.

### *Gruppeterapi:*

Opbygger en aldersvarende identitet i takt med, at den nervøse tilstand erstattes af øget selvværdsfølelse, og opøver færdigheder både af mental, emotionel, fysisk og praktisk karakter. Støtter til at tage ansvar for sit liv og indgå i nære relationer.

### *Kropsbevidsthed i gruppe eller individuelt:*

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

### *Individuel ernæringsterapi*

sætter fokus madens påvirkning af den psykiske tilstand. Der vejledes i ernæring og kosttilskud, som understøtter kroppens genopbygning og specifikt styrker fordøjelses-proces, immunsystem, hormonsystem og hjerne.

Kosttilskud ydes som en del af projektet.

### *Pårønderådgivning:*

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 og styrke de sociale kompetencer.

Derfor tilbydes sociale aktiviteter, samvær og undervisning på små hold (lille egenbetaling), se særskilt brochure.