



Anorexi-Projektet

Rapport om bostøtte til
personer med spiseforstyrrelser

Bilag 1, side 1

Beskrivelse af bostøttens indsats i forhold til 6 unge kvinder, der har en spiseforstyrrelse

Komponenter	Relation mellem bruger og medarbejder	Udvikling af personlige kompetencer
Aktiviteter	<ul style="list-style-type: none"> • Er sammen • Snakker sammen • Laver aktiviteter sammen både ude og hjemme • Medarbejderen giver omsorg • Medarbejderen formidler sin faglighed gennem personligheden 	<ul style="list-style-type: none"> • Støtte til at: <ul style="list-style-type: none"> • modtage støtte • nytænke • udtrykke og forstå følelser • give udtryk for hvad man ønsker • kunne se sin egen udvikling • afprøve grænser • holde fast i gode mål • løse problemer • Udfordringer i praksis sammen med medarbejderen • Samtaler om drømme og fremtid • Fokuserer på ressourcer • Justere virkelighedsopfattelse • Motivere til – og fastholde terapi/ gruppeterapi
Målgruppe	Medarbejder og bruger	Brugeren
Forventede resultater på kort sigt	<ul style="list-style-type: none"> • Lærer hinanden at kende • Tryghed • Forudsætningen for et godt samarbejde mellem bruger og medarbejder skabes 	<ul style="list-style-type: none"> • Bryder onde cirkler • Øger motivationen til at blive rask • Øger ressourcerne til at blive rask • Øger evnen til egenomsorg og eget ansvar
Forventede resultater på lang sigt	<ul style="list-style-type: none"> • Brugeren kan anvende erfaringen fra relationen til at skabe andre relationer • Handleplanens forventede resultater opnås 	<ul style="list-style-type: none"> • Øger selvværdet • Bliver i stand til selv at løse problemer • Forebygger tilbagefald af spiseforstyrrelsen • Forvalter eget liv på en hensigtsmæssig måde

Bilag 1, side 2

Udvikling af sociale kompetencer	Psykoedukation	Mad og spisning
<ul style="list-style-type: none"> • Støtte til at skabe kontakt til familie og venner • Støtte til at håndtere problematikker vedr. familie, venner, kæreste og andre • Samtaler om adfærd i forhold til andre mennesker • Samtaler om omverdenens reaktioner på sygdommen • Træning i socialt samvær 	<ul style="list-style-type: none"> • Undervisning om spiseforstyrrelsen • Samtaler om konsekvenser af handlinger • Samtaler om omverdenens reaktioner på sygdommen • Præsentation af værktøj der kan reducere spiseforstyrret adfærd - f.eks. kognitive skemaer 	<ul style="list-style-type: none"> • Samtaler om kost • Vejledning i forhold til sund kost • Fokus på kostplanen fra diætisten • Lave madplan • Planlægge indkøb og købe ind • Lave mad sammen • Træning i at spise sammen med nogen • Træne fleksibilitet i forhold til spisning • Træning i at spise uden tvangshandlinger og ritualer • Skabe en god stemning omkring måltidet • Fokus på måltidets positive værdier • Samtaler om reaktionen på at lave mad og spise • Samvær efter måltidet for at forebygge opkastning • Træning i at spise uden for hjemmet • Lave mad og spise – rollespil
Brugeren	Brugeren	Brugeren
<ul style="list-style-type: none"> • Lærer at forstå sociale sammenhænge • Kan begå sig i sociale sammenhænge • Udvider muligheden for at få et socialt liv 	<ul style="list-style-type: none"> • Viden og indsigt om spiseforstyrrelsen • Sygdomserkendelse • Kan skelne mellem anorektisk adfærd og normal adfærd • Håb • "Indre nødvendighed" – det giver mening at få hjælp • Motivation 	<ul style="list-style-type: none"> • Sikrer at brugeren får et måltid ved hvert besøg • En ernæringsrigtig kost • Udvider repertoiret i forhold til mad • Hensigtsmæssige madvaner • Øger/stabiliserer vægten • Forebygger at følelsesmæssige reaktioner bliver styrende for spisningen • Minimerer impulsstyret overspisning • Forebygger tyveri af mad • Forebygger økonomisk kaos som følge af overspisning
<ul style="list-style-type: none"> • Kan begå sig i sociale sammenhænge og føle sig godt tilpas • Har et netværk • Kan gennemføre en uddannelse • Kan fastholde et arbejde 	<ul style="list-style-type: none"> • Minimerer risikoen for tilbagefald 	<ul style="list-style-type: none"> • Stabiliserer vægten • Mulighed for deltagelse i sociale aktiviteter, hvor der indgår mad • Måltider er en naturlig del af hverdagen • Frihed til at bruge sin tid og energi til andre ting i livet • Måltider får en værdifuld betydning

Bilag 1, side 3

Komponenter	Krop og fysik	Praktiske gøremål
<p>Aktiviteter</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Samtaler om kroppen • Korrigering af forvrænget kropsofattelse • Massage • Samtaler om opkastning og misbrug af afføringsmidler for at vægtregulere • Obs. på somatiske følgevirkninger af spiseforstyrrelsen/lav vægt og udrensning • Samtaler om seksualitet • Samtaler om prævention • Ledsagelse på gåture • Ledsagelse på cykelture • Vejledning i hensigtsmæssig motion 	<ul style="list-style-type: none"> • Strukturere praktiske gøremål i hverdagen f.eks. ved hjælp af uge- eller dagsplaner • Evaluering af uge- og dagsplaner • Støtte og rådgivning i forhold til praktiske ting • Oplæring i praktiske færdigheder f.eks.: <ul style="list-style-type: none"> • støtte til at vaske tøj • støtte til at gøre rent • støtte i forhold til økonomi – lave budget, PBS o.l. • Forstå og forholde sig til post • Ledsagelse
<p>Målgruppe</p>	<p>Brugeren</p>	<p>Brugeren</p>
<p>Forventede resultater på kort sigt</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Øget kropsbevidsthed • Øget bevidsthed om sammenhæng mellem krop og følelser • Får en positiv oplevelse af kroppen • Afspænding af kroppen • Forebygger somatiske følgevirkninger af spiseforstyrrelsen • Større viden om seksualitet. • Kendskab til prævention • Oparbejder en hensigtsmæssig motionsform med støtte 	<ul style="list-style-type: none"> • Afklaring af brugerens evne til selv at udføre praktiske opgaver • Praktiske opgaver bliver udført • Økonomisk overblik • Overvindelse af frygt/ignorering af "rudekuverter" • En hensigtsmæssig struktur • Overblik og sammenhæng mellem ressourcer og opgaver
<p>Forventede resultater på lang sigt</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kroppen er ikke genstand for regulering af følelser • Tryghed og glæde ved seksualitet • Forebygger uønsket graviditet • Forebygger kønssygdomme • En hensigtsmæssig motionsform uden støtte 	<ul style="list-style-type: none"> • Brugeren bliver i stand til at klare praktiske gøremål selv • Kan styre egen økonomi • Den anorektiske/ tvangsprægede tankegang erstattes af en mere fleksibel tankegang i forhold til praktiske gøremål • Rengøringsstandarder er ikke styrende for selvopfattelsen • Kan klare en voksens forpligtelser som samfundsborger

Bilag 1, side 4

Arbejde og uddannelse	Samarbejde med andre	
<ul style="list-style-type: none"> • Samtaler om arbejde og uddannelse • Støtte til at finde beskæftigelse • Støtte til at fastholde beskæftigelse • Støtte i forhold til at søge revalidering eller SU • Kontakt og samarbejde med uddannelsessted • Støtte til at håndtere problematikker på arbejds- og uddannelsesstedet • Støtte til anvendelse af computer og Internet 	<ul style="list-style-type: none"> • Samarbejde med: <ul style="list-style-type: none"> • Diætist • Pårørende • CFS • Sagsbehandler - Arbejdsmarkedscenter • Kontaktperson på arbejdsplads • Kontaktperson på uddannelsessted • Samarbejde mellem primær og sekundær kontaktperson • Opfølgning af aftaler/opgaver fra psykolog/læge • § 111 Handleplan 	
Brugeren	Brugeren, det professionelle- og det primære netværk	
<ul style="list-style-type: none"> • Afklaring i forhold til uddannelse/ beskæftigelse • Realistiske rammer for at gennemføre en uddannelse eller fastholde et arbejde • Sammenhæng mellem krav og den enkeltes egne ressourcer i forhold til arbejde og uddannelse • Bliver i stand til at møde stabilt • Kan indgå og være deltagende i det sociale fællesskab på en arbejdsplads eller et uddannelsessted 	<ul style="list-style-type: none"> • Helhed og sammenhæng i den støtte, som brugeren har ønsket 	
<ul style="list-style-type: none"> • Får uddannelse og/eller arbejde og bliver selvforsørgende • Større selvværd og styrket identitet 	<ul style="list-style-type: none"> • Indsatsen bliver tilfredsstillende for brugeren, og den bliver så virksom som muligt 	

