



# NÅR TANKER OM KROP OG MAD FYLDER FOR MEGET

FAMILIEVEJLEDENDE SAMTALER





## HJÆLP OG STØTTE TIL POSITIV FORANDRING

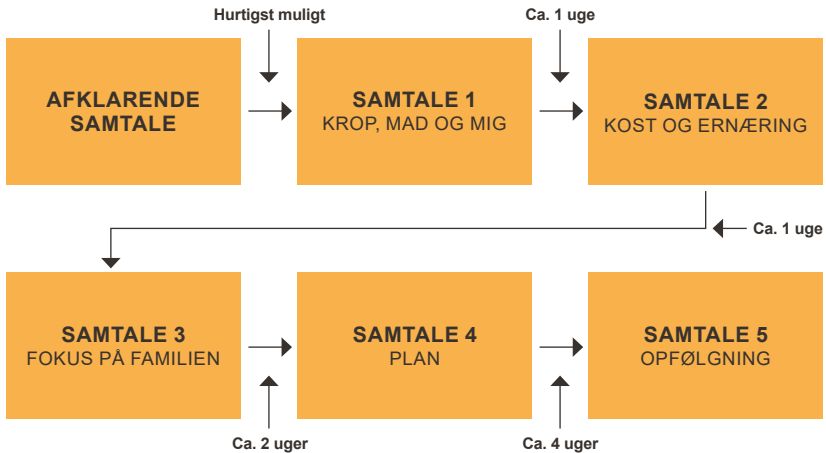
Vi tilbyder forløb til familier med unge, hvor tanker om krop og mad fylder for meget. Formålet med forløbet er at støtte den unge og forældrene i en sund udvikling og forebygge, at udfordringerne udvikler sig til en spiseforstyrrelse.

Forløbet strækker sig over en periode på to til tre måneder og består af en række samtaler, hvor den unge og forældrene sammen taler med en behandler. Imellem samtalerne øver familien sig på det, der er blevet gennemgået. Samtalerne varer 1-1,5 time og har fokus på, hvad familien kan gøre anderledes derhjemme.

## FOKUS I VEJLEDNINGEN

Familiens udfordringer og oplevelser er udgangspunkt for samtalerne, der overordnet handler om at:

- Skabe en forståelse for, hvad en spiseforstyrrelse er og gør.
- Familien får hjælp til i fællesskab at tage kampen op mod spiseforstyrrelsen.
- Familien bliver klædt på til at fortsætte arbejdet på egen hånd, når forløbet slutter.





## SAMTALERNE

Alle samtaler er bygget op omkring den samme dagsorden:

- Gennemgang af hjemmearbejde og oplevelser siden sidst.
- Dagens tema.
- Næste skridt og hjemmearbejde.

### Afklarende samtale

Familie og behandler får en fælles forståelse af problemet og undersøger, om forløbet er det rette for familien.

### Samtale 1: Krop, mad og mig

Familien lærer, hvad en spiseforstyrrelse er, og hvordan den måske er begyndt at trænge sig på i familiens liv.

### Samtale 2: Kost og ernæring

Fokus er kost og ernæring samt, hvordan forældrene bedst kan støtte barnet i gode vaner.

### Samtale 3: Fokus på familien

Fokus er familiens forskellige roller i forhold til de vanskeligheder, de oplever. Hvis det er relevant, bliver søskende eller andre betydningsfulde relationer inviteret med til denne samtale.

### Samtale 4: Plan

Opsamling og dialog i forhold til, hvordan familien bedst arbejder videre derhjemme. Herunder hvad familien gerne vil opnå, hvordan den kommer derhen, og hvad den gør i svære situationer.

### Samtale 5: Opfølgning

Opsamling og dialog i forhold til, hvordan det er gået, og hvad familien tager med sig videre. Afsluttende plan for, hvordan familien fremover kan holde fast i en positiv udvikling og forebygge tilbagefald.

Som supplement til de planlagte samtaler ved vi, at det ofte giver mening at inddrage andre i forløbet. Det kan for eksempel være familiens læge, den unges lærer eller andre relationer, som er vigtige i forhold til den unges trivsel og udvikling. Familien er med til at beslutte, om andre eventuelt skal inddrages.

**KONTAKT OS FOR MERE INFORMATION:**

Navn: .....

Mail/telefon: .....

Kommune: .....



**STIME**

STYRKET TVÆRSEKTORIEL  
INDSATS FOR BØRN OG  
UNGES MENTALE SUNDHED

