

Viljen til at blive rask

Spiseforstyrrelser: Unge med spiseforstyrrelser får ikke hjælp i tide eller overlades til sig selv efter endt hospitalsbehandling. Men sådan behøver det ikke at være. To behandlere i Odense har med støtte fra Socialministeriet skabt »Viljen« – et socialpsykologisk projekt, hvis hensigt er at forebygge og efterbehandle.

Af Anne Marie Lütken

Mange spiseforstyrrelser behandles for sent. Nogle gange er det med katastrofale følger, og efter endt indlæggelse oplever mange at blive overladt til sig selv. Det socialpsykologiske projekt, »Viljen«, henvender sig både til unge, der er på vej ind i en spiseforstyrrelse og derfor relativt nemt kan hjælpes på rette spor, og til personer, der efter endt hospitalsophold har svært ved at håndtere hverdagen alene.

Som det er i dag, tager regionerne sig af selve sygdomsbehandlingen, mens kommunerne står for efterbehandlingen, men hidtil har kommunerne ikke haft et organiseret tilbud til de unge. Det er derfor nemt at blive tabt på gulvet mellem de to systemer, og det er det, Kirsten Lønfeldt og Line Clausager ønsker at rette op på med »Viljen«.

Et kærligt spark i røven

– Terapien i »Viljen« hjalp mig til at sætte ord på følelserne i stedet for at vende dem indad. Brænder det på, kan jeg altid komme forbi til en snak eller et kærligt spark i røven, siger Karen.

Inden Karen begyndte sit terapiforløb i »Viljen«, havde hun været i en bulimigruppe på Odense Universitets Hospital og også været indlagt der i en måned uden succes.

– Aldrig har jeg lært så meget som der, siger hun ironisk og hentyder dermed ikke til selvhjælpsredskaber, men til de mange slanketips og smarte metoder til at snyde personalet, som blev udvekslet blandt de spiseforstyrrede.

Karen droppede ud af bulimigruppen og efter at have passet sig selv det meste af tiden under sin indlæggelse, blev hun efter en måned udskrevet fra hospitalet. Langsomt fik hun det værre og værre, og med en læges hjælp fandt hun frem til »Viljen«.

På gyngende grund i trygge rammer

Med støtte fra kommunen kom det i stand, at Karen kunne starte i »Viljen« næsten med det samme. Gruppeterapien blev mødt med en del skepsis til at begynde med på grund af de dårlige erfaringer fra hospitalet, men tanken om den individuelle terapi lokkede. Karen fandt dog hurtigt ud af, at »Viljen« ikke mindede om noget, hun havde prøvet før.

– Med det samme følte jeg mig velkommen i »Viljen«, siger hun.

– Jeg blev taget alvorligt og i stedet for at snakke om mad, talte vi om følelser og kommunikation. I starten prøvede jeg ubevidst at smyge mig udenom alt det, der var svært, men så let slap jeg ikke.

– De kan godt være rigtig grove, Kirsten og Line, men det gør ikke noget at blive kastet ud på gyngende grund, så længe det er i trygge rammer, siger hun

– Indimellem tudbrølede jeg, men man skal igennem det, inden man kommer ud på den anden side.

Knus og klar besked

Går det for langsomt med udviklingen, får man det at vide i »Viljen«, og når Karen fortæller om »Viljen«, bruger hun udtryk som at »presse citronen«, »gå lige til kanten«, og »ikke lægge fingrende imellem«.

Men Karens fortælling rummer også mange smil, og nogle af de gode pep-talks, hun har fået undervejs, tager hun indimellem op for sig selv og genbruger. Noget, der også gjorde stort indtryk, var den personlige omgangsform i »Viljen«.

– Nogen gange fik jeg bare et knus, hvis det var det, jeg havde mest brug for, men jeg var selv med til at gøre det hårde arbejde og er blevet meget klogere på mig selv. Her gjorde jeg det for min egen skyld og ikke som på hospitalet for at berolige mine omgivelser, siger hun.

Viljen til forandring

– Mange af de, der kommer i »Viljen«, har ikke oplevet hjælpen på hospitalet som tilstrækkelig og er utålmodige efter, at der skal ske noget, men netop følelsen af at have fået nok, kan være en god motivationsfaktor for at komme videre og finde den rette støtte, siger Kirsten Lønfeldt. Sådan virkede det også for Karen.

– Jeg gad ingenting mere og vidste med mig selv, at der skulle ske noget, hvis jeg

skulle blive rask, siger hun. Og viljen blev nøglen til forandring. – Det er en lang proces, men jeg er godt på vej.

»Viljen« samarbejder med hospitalerne og ønsker ikke at konkurrere. Vi henvender os til forskellige grupper af unge spiseforstyrrede, der alle er på forskellige stadier i deres sygdomsforløb, og målet er for alles vedkommende at tilpasse tilbuddene, så alle kan få den hjælp, netop de har brug for, siger Kirsten Lønfeldt.

Fakta om Viljen

Viljen tilbyder den unge behandling i 3 faser.

De første 10 måneder møder den unge op to gange om ugen – én gang til gruppesamtale, én gang til individuel samtale. De næste to måneder kommer den unge en gang om ugen. / I slutfasen er der afsat 15 gange, som kan bruges efter behov over et år.

Under hele forløbet har man mulighed for at ringe til Viljens behandlere 24 timer i døgnet. / Der tilbydes også hjælp til den unges nærmeste netværk.

Inden behandling påbegyndes foretages en visitation, hvor det vurderes om Viljen kan hjælpe den pågældende. / Det er altid muligt at henvende sig til Viljen for en uforpligtende samtale om behandlingens indhold.

Kirsten Lønfeldt, leder af Viljen

Uddannet Socialrådgiver og familieterapeut. Har siden 2000 arbejdet med unge med spiseforstyrrelser

Line Clausager

Uddannet fri – og efterskolelærer. Har fra 1997 arbejdet med behandlingskrævende børn/unge – herunder unge med svære misbrugsproblemer og siden 2002 med unge med spiseforstyrrelser

Viljen v/ Kirsten Lønfeldt og Line Clausager

Vestergade 30, 3.sal, 5000 Odense C
Tlf. 66116669 / 22164599 / 40852355
www.viljenfyn.dk

Sagt på en anden måde, en spiseforstyrrelse er en overlevelsestrategi, hvis adfærdsmønster man ender med at blive afhængig af.