



*Susanne Bargmann, psykolog*

## ”At være pårørende til mennesker der kæmper med spiseforstyrrelser”

PS kender Susanne Bargmann gennem samarbejdet i KOK, hvor hun sidder med i Styregruppen, og er repræsentant for private aktører. Vi fandt hurtigt ud af, at vi har med en kvinde at gøre, som virkelig brænder for feltet her. Susanne er privatpraktiserende psykolog og har klinik i Hørsholm. Se mere på [www.susannebargmann.dk](http://www.susannebargmann.dk).

### Hvorfor brænder du for arbejdet med spiseforstyrrelser

”Det er et rigtig stort spørgsmål, når jeg skal svare på hvorfor jeg brænder for arbejdet med spiseforstyrrelser, men jeg kan forsøge.

Jeg skrev speciale om spiseforstyrrelser, og blev meget optaget af problemets kompleksitet. Det rummer så mange faktorer på én gang – psyke, opvækst, kultur, krop. Og det er vanskeligt ikke at blive nærmest politisk engageret, når man så ofte møder kvinder, som er ”ramt” af et problem, der efter min bedste overbevisning har så dybe rødder i de kulturelle diskurser omkring krop og udseende, som vi alle er prægede af som mennesker i det her samfund. Jeg får lyst til at gøre en forskel – både i mit terapeutiske arbejde og på et mere generelt samfundsmæssigt plan. Når jeg har arbejdet med problemet, har jeg fået lov at opleve, hvordan det har forsøgt at ødelægge livet for en masse fantastiske mennesker, og det har givet mig en fornemmelse af ”sejr”, når det er lykkedes mig at bistå en af mine klienter i at få vristet magten fra spiseforstyrrelsen. Jeg synes det er meget svært ikke at komme til at brænde for et arbejde, som er så givende og udfordrende på én gang.

### Oplæg til generalforsamlingen

I indledningen kom Susanne ind på den skyldfølelse, angst og bekymring mange forældre har. Hun talte desuden om, hvordan det er at være den raske søskende i en familie ramt af spiseforstyrrelser, og om de hensyn, den ”raske” søskende kan opleve at skulle tage. Susannes råd var, at forældre og søskende

skulle tale den nye situation igennem, og evt. finde en behandler, hvor de kunne få ”luft” for alle frustrationerne.

Hun talte videre om, hvordan spiseforstyrrelser kan være svære at forstå for udenforstående, fordi en spiseforstyrrelse ikke bare kan behandles med f.eks. medicin. Mange gange oplever pårørende at blive mødt på samme måde, som f.eks. personer der har mistet et nært familiemedlem – med berøringsangst og usikkerhed. Spiseforstyrrelsen kan let blive et tabuemne, og man kan som pårørende komme til at føle sig isoleret og ensom med sit problem.

Hun gav konkrete eksempler på, hvordan hun i behandlingen forsøger at snakke om spiseforstyrrelsen som ”en størrelse” i sig selv, adskilt fra ”den rigtige person”. Hun oplever at kvinden ofte svinger i mellem de to sider i løbet af en samtale, og gav eksempler på hvordan disse to sider også kan vise sig f.eks. i forhold til pårørende.

Hun lagde vægt på, at en behandling af spiseforstyrrelser altid må skræddersyes til den enkelte klient, frem for at følge en fastlagt manual. Derudover fremhævede hun, at psykoterapiforskningen gang på gang har vist, at kemien imellem klient og behandler er det vigtigste for at psykoterapien har en effekt og at det derudover er vigtigt man ret tidligt i behandlingen kan se tegn på en eller anden form for fremgang i, hvordan klienten har det. En god alliance og tidlige fremskridt i klientens tilstand karakteriserer succesfulde behandlingsforløb. Såfremt man ikke kan se en sådan fremgang i løbet af de første 4-6 samtaler, kan det være et udtryk for at behandlingen eller terapeuten ikke er den rette for klienten, og det kan give mening at tale om at skifte behandlingsstrategi eller terapeut.

Vi som pårørende støtter bedst den spiseforstyrrede ved at opfordre til, at han/hun selv tager ansvar for processen. Måske ikke 100% i første omgang, men at der gradvis bliver lagt mere og mere ansvar over på den spiseforstyrrede, så det bliver ham/hende som styrer forandringerne i forhold til problemet.