

Signatur Konferenz 2024

Psychologisk Ressource Center

A photograph of a grassy field with numerous dark, raised mounds of soil, likely molehills, scattered across the landscape. The grass is a mix of green and yellow, suggesting a late summer or autumn setting. The background is slightly blurred, showing more of the same terrain. The text "Historien om en muldvarp" is overlaid in the center in a white, sans-serif font.

Historien om en muldvarp





Mette Skjærbæk

Konsulent i Psykologisk
Ressource Center

Leder af Skjærgården

Stifter af Skriveklubben

Programmet for i dag:

09.15-10.30 Autisme og spiseforstyrrelser

10.30-10.45 Pause

10.45-11.00 Skjærgården

11.00-11.45 Astrid Barré Cornelius

11.45-12.00 Afrunding



Hvis resultatet er
mistrivsel, er der
noget udenom, i
miljøet/tilgang/
forståelsen der
skal ændres.

Det er det
eneste sted vi
kan regulere.

=
outcome/resultat

Når outcome er en spiseforstyrrelse

1

Spiseforstyrrelsen
er summen af alt
det bagvedliggende
vi skal forstå

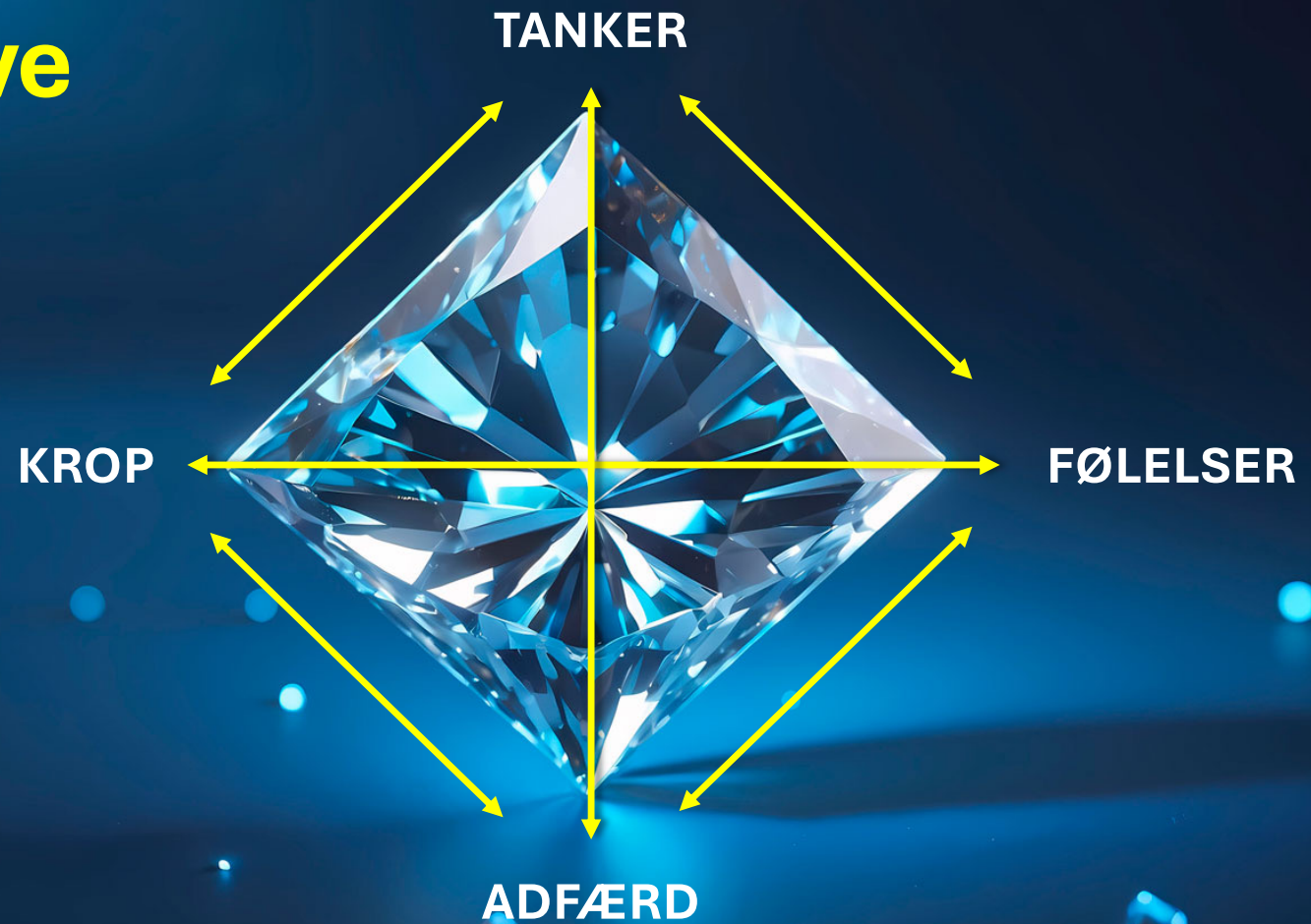
2

Spiseforstyrrelsen er
en god ting
(det første døgn)
– husk at sig tak

3

Det er ikke
behandling af
spiseforstyrrelsen
der får den unge i
trivsel

Den kognitive diamant



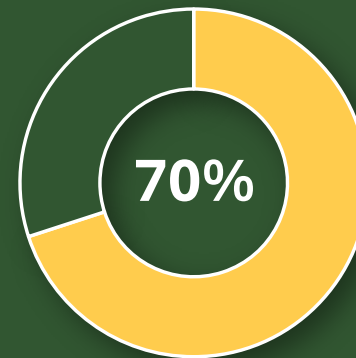
Så hvad er vejen ud ...

Hvis I presser,
vil de føle sig
misforstået/ikke set
og det er en
vedligeholdende
faktor

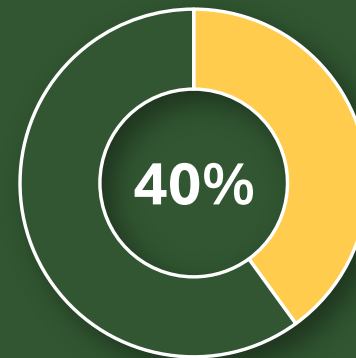
Hvis I ikke presser,
svigter I de unge og
øger risiko for
kronisk SF

Psykiatriske følgetilstande ift. autisme og andre udviklingsforstyrrelser

- Depression
- Angst tilstande/OCD
- Spise/sanseforstyrrelser
- Selvskade, misbrug, stress
- Traumetilstande (ptsd, kompleks ptsd)
- Emotionel regulering
- Social udsathed
- ...



1 af disse tilstande



2 eller flere af disse tilstande

Forekomst af spiseforstyrrelser hos autistiske mennesker

Forekomsten af autisme blandt mennesker med spiseforstyrrelse er højere end forekomsten af autisme i den generelle befolkning.

(C. Gillberg)

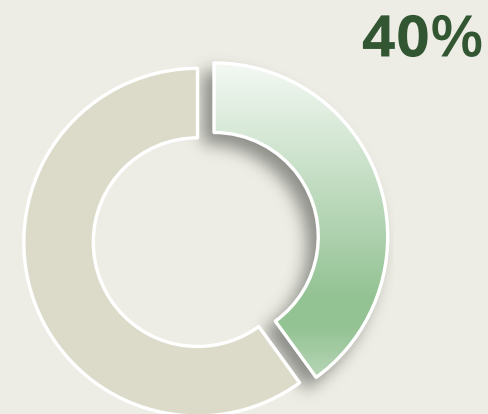
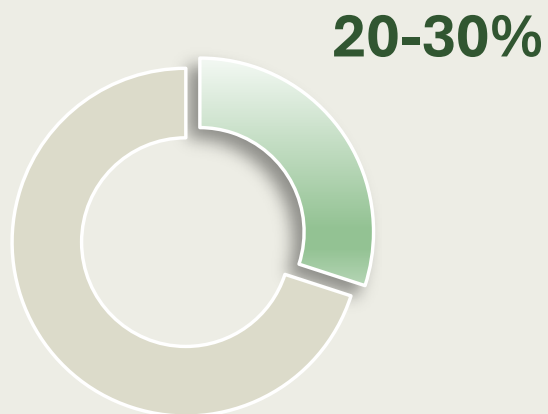
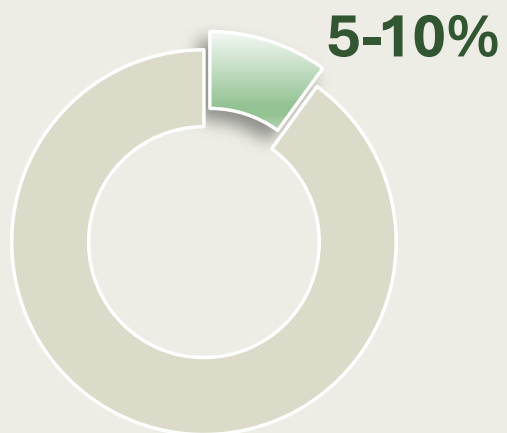
20-30 % af mennesker med spiseforstyrrelser kvalificerer sig også til en autismediagnose, mod 1-2 % i den generelle befolkning.

Mennesker med spiseforstyrrelser vil have signifikant større chance for at have autisme – både i en opdaget og uopdaget form.

Det er særligt sammenfaldet mellem autisme og spiseforstyrrelsen anoreksi, der er beskrevet.

Tal fra
Danmark

Undersøgelser af forekomst af autisme hos mennesker med Spiseforstyrrelse



Spiseforstyrrelser



Anoreksi



Bulimi



Arfid

Selective Eating Disorder (SED)



Ortoreksi



Atypisk spiseforstyrrelse



Megareksi
(Kun mødt 1)



BED (tvangsoverspisninger)



Forstyrret Spiseadfærd

Begreber vi lige skal snakke om

**Spise-
forstyrrelse**

**Autisme-
regler**

**Forstyrrelse af
spisning**

**Sansestyret
spisning**

**nyt
begreb**

Autisme og spiseproblematikker

5-10 specifikke fødeemner



Overvældet sansesystem



Neofobi



Ængstelse ved måltider



Rutiner/ritualer



Regulering af appetit



Mave/tarmsystem følsomt



5-10 specifikke fødeemner

Hypersensitivt sansesystem

Neofobi

Ængstelse ved måltider

Rutiner/ritualer

Regulering af appetit

Mave/tarmsystem følsomt

Hvorfor hjælper konventionel spiseforstyrrelsesbehandling ikke altid unge med autisme og spiseforstyrrelse?

De er ikke målrettet autister

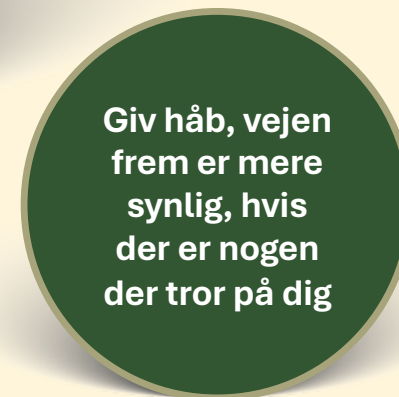
Ableisme,
de vil "fixe"
de unge

De er FOR rigide

De glemmer
at spørge

De mangler viden om
triaden – der er for meget
usagt, som de regner
med alle forstår/ved

Hvis man har en "rigtig"
spiseforstyrrelse er det et
svigt ikke at presse, men de
unge med autisme kan ikke
holde til pres



Gode råd fra de unge på Skjærgården

Don't loose your cool, bliv aldrig sur/irriteret

Giv håb, bliv ved med at tro at det nok skal lykkes

Lav en liste over Safe Food (så der er mindst mulig forhandling om mad)

Aftaler skal laves i god tid og ikke lige i "øjeblikket"

Det er tricky, for man skal presses i spiseforstyrrelsen, men det er ikke godt at presse en med autisme

Hav 1 lærer på ift. mad og måltider, så læreren kender den unge og den unges mad

Hav respekt for den unge

Undgå ændringer (samme mælk osv)

Find ud af hvad problemet egentlig er

Det er individuelt hvad man har behov for

Tag ikke noget personligt

Husk det er min Coping-mekansime og du kan ikke bare fjerne den!

Faser i støtte og behandling

1

NEJ

SF er så vigtig en del af livet for den unge. Struktur, isolation og redningskrans

2

Overvejelser

Måske er der også en anden vej for mig. Her smider vi brødkrummer

3

Forberedelser

Stadig på tænkeplan, ala: jeg kunne jo også. Her sår vi frø

4

Ændring

Hold your horses, det må ikke gå for stærkt - lyt til den unge før forslag

5

Hold fast

Prioriter positive oplevelser og fortsat selvforståelse

6

Videre eller tilbage til start

Hvis det ikke lykkes mangler der autistestruktur eller viden i eller omkring den unge

Faser i støtte og behandling

1

NEJ

SF er så vigtig en del af livet for den unge. Struktur, isolation og redningskrans

2

Overvejelser

Måske er der også en anden vej for mig. Her smider vi brødkrummer

3

Forberedelser

Stadig på tænkeplan, ala: jeg kunne jo også. Her sår vi frø

4

Ændring

Hold your horses, det må ikke gå for stærkt - lyt til den unge før forslag

5

Hold fast

Prioriter positive oplevelser og fortsat selvforståelse

6

Videre eller tilbage til start

Hvis det ikke lykkes mangler der autistestruktur eller viden i eller omkring den unge

Arbejdsark

Kort info om den unge:

Har den unge håb for sin situation lige nu og for fremtiden?

☐ _____ ☐
0 100

Beskriv en oplevelse, der lærer os noget vigtigt om den unge:

Hvad ville den unge sig, hvis han/hun havde ordene:

**Tidligere oplevelser:
(sæt kryds)**

- ☐ Mobning
- ☐ Skoleskift
- ☐ Blevet misforstået
- ☐ Skæld ud
- ☐ Skilsmisse
- ☐ Sen diagnosticeret
- ☐ Manglet hjælp/støtte
- ☐ Fyldt af skyld og skam
- ☐ Føler sig forkert
- ☐ Lavt selvværd

Hvis ikke vi skal ændre på maden lige nu, hvad er så vigtigst at fokusere på?

Er spiseforstyrrelsen:

☐ Problemet ☐ En overlevelses strategi ☐ En vane/tryghed

Hvad mister den unge, hvis vi fjerner spiseforstyrrelsen?

Er der overskud til:

- ☐ at kommunikere, hvis behov for hjælp
- ☐ at afstemme socialt (blive rolig, hvis du er rolig f.eks)
- ☐ uforudsete ændringer

Sanse regulering



Hvilke hensyn er en hjælp for den unge ift sansesystemet?

Behov ift det sociale:

Behov ift forestillingsevne:

Behov ift at føle og omsætte sine følelser til ord:

Er den unge udtrættet?

☐ JA ☐ NEJ

Hvor belastet er den unges nervesystem?

☐ Ro/robust
☐ Sitrende/uroligt
☐ Lukket ned

D
O
N'
T

L
O
O
S
E

Y
O
U
R

C
O
O
L

Skjærgården

Mail til: msk@skjaergaarden.dk

Bekyr

unge

Sort/hvid
tænkning; hvis jeg
ikke lykkes med
det samme lader
jeg være.

Har jeg været
syg nok?

Jeg kender ikke
endemålet =
svært at holde
ved...

Bliver jeg
sulten igen?

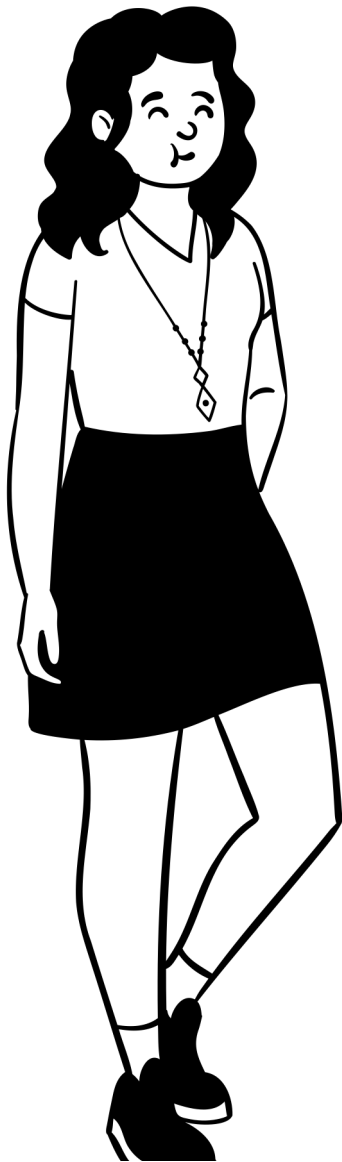
Jeg er
alligevel
forkert, så
hvad nytter
det?



Behandling af spiseforstyrrelse hos mennesker med autisme

- Omdrejningspunktet skal være at forstå autisめprofilen.
- **Lyt og bak op – gå med, ikke imod.**
- Hav større tålmodighed f.eks. ift. vægtøgning.
- Indgå rimelige, konkrete aftaler og vær med på at forhandle.
- Tilbyd psykoedukation både ift. autisme, spiseforstyrrelsen og kombinationen af de to. Støt personen til at opbygge et positivt selvbillede med realistiske forventninger til sig selv. Involver gerne netværket i dette.
- Drop en kontant tilgang, hvor du svarer rigiditet med mere rigiditet og fokuserer for meget på vægt.
- Overvej grundigt om gruppebehandling er en god vej og involver den autistiske person i beslutningen.
- Vær opmærksom på at der skal være noget positivt at vende tilbage til efter en spiseforstyrrelse – støt fx til at udvide netværk, finde det rette skole- eller uddannelsesstilbud eller dyrke interesser.
- Samarbejd med den autistiske person om at finde personens ikke- spiseforstyrrede ”normal” ift. mad og spisning. Anerkend at anderledes eller ”autismevenlige spisevaner” er ok og understøt på den måde, at personen selv anerkender og accepterer dette.





”

*Det er så svært at slippe spiseforstyrrelsen,
når jeg endelig har fundet noget jeg er god til*

*Jeg ved jeg er god til det her, og jeg ved ikke
om jeg er god til at leve uden
spiseforstyrrelsen.*

*Og jeg har svært at forestille mig hvordan det
vil være ...*

Så er det tryggere bare at holde fast ”

Citat ung kvinde med autisme og Spiseforstyrrelse

Hvis vi forstår gangene
er vi måske tættere på
at kunne hjælpe?

De gør deres
bedste – hver dag

Hver gang
vi ved noget
om dem, er de
igen de dumme ...



Navn

Dato

Udfyld skemaet1-5

Fysisk trivsel

Psykisk trivsel

Autisme forståelse

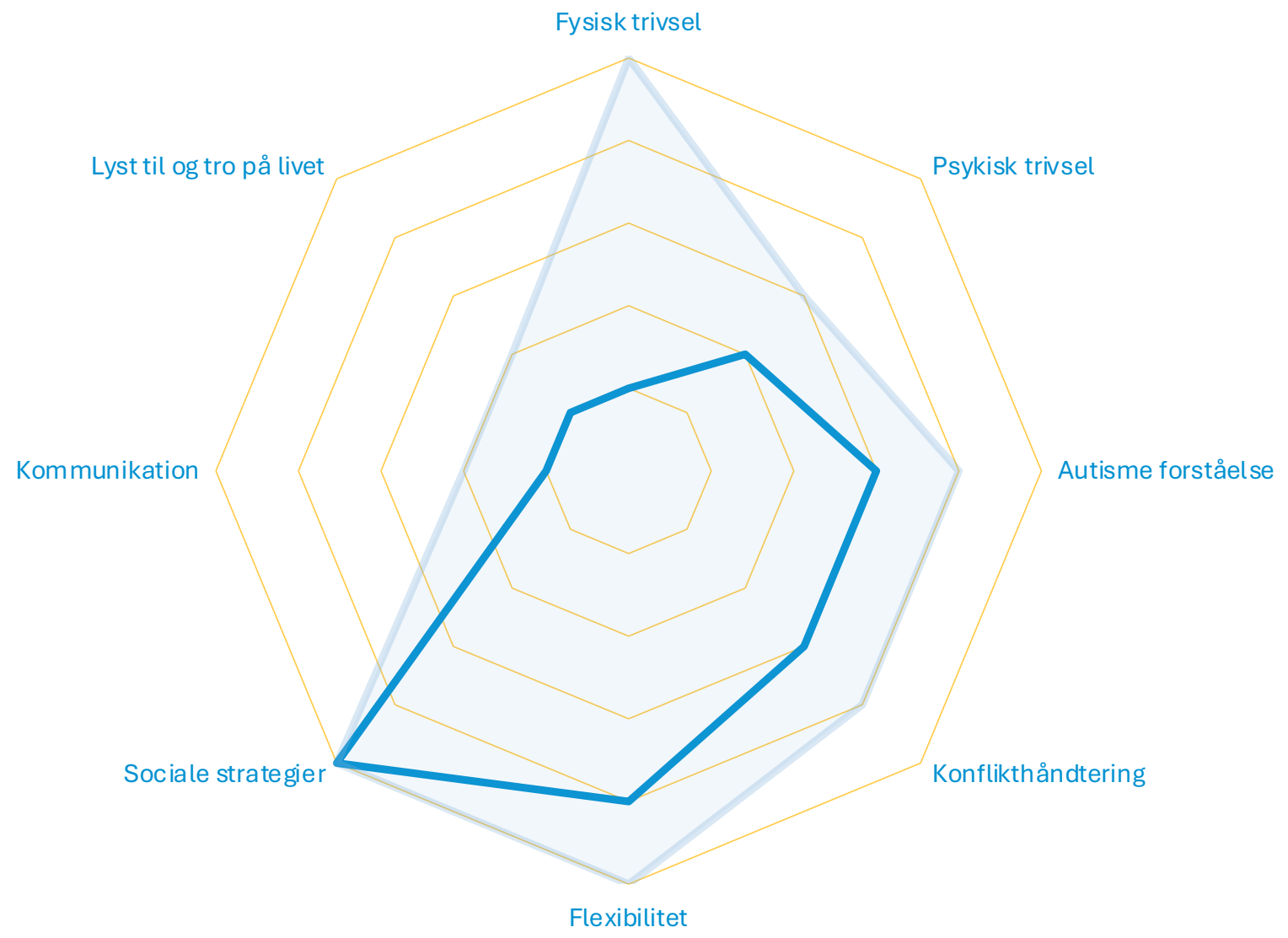
Konflikthåndtering

Flexibilitet

Sociale strategier

Kommunikation

Lyst til og tro på livet





MIN HISTORIE

med autisme, spiseforstyrrelse og OCD

EN MÆRKELIG FOBI

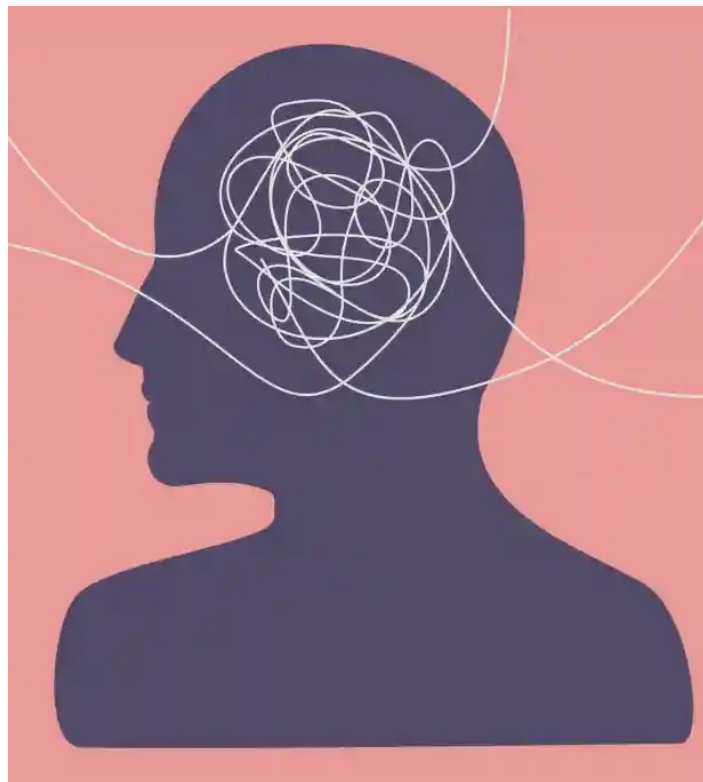


Angst-reaktion

Psykolog

DE FØRSTE DIAGNOSER

ADHD



OCD

NONVERBAL LEARNING DISORDER

1. Barnet kan lære at tale meget tidligt og udvikler ofte et meget omfattende ordforråd.
2. Barnet kan være meget detaljeorienteret og kan evt. lære at læse meget tidligt, og kan udvikle virkeligt gode stavekundskaber.
3. Barnet kan have vanskeligheder med koordinationsevne og balanceevne, rum-retningssans, visualiseringsevne og organisation.
4. Barnet kan have en stærk følsomhed overfor sansepåvirkninger som berøring, lyde, lys og lugte.

NLD ligger diagnostisk midt mellem DAMP og Aspergers Syndrom, men anerkendes ikke i ICD-10.”

Kilde: Information.dk

SEPERATIONSANGST OG OVERSTIMULERING



SPISEFORSTYRRELSE NEDSLAGSPUNKTER

13 år: Spiseforstyrrelsen begynder

14 år: Bispebjerg – Porten - AUTISME UDREDNING

16 år: Gymnasie, angst og Roskilde dagafsnit

17 år: Indlæggelse + møder Mette (autismeviden) PDA-PROFIL

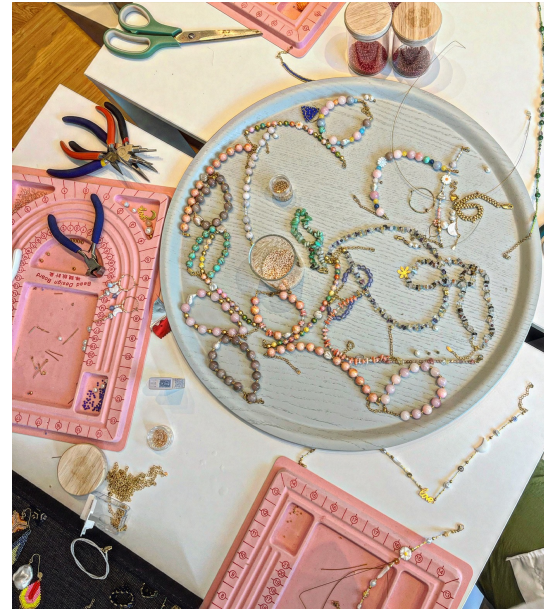
18 år: Tilbagefald, depression

19 år: Flytter hjemmefra – ALL IN



INDLÆGGELSEN

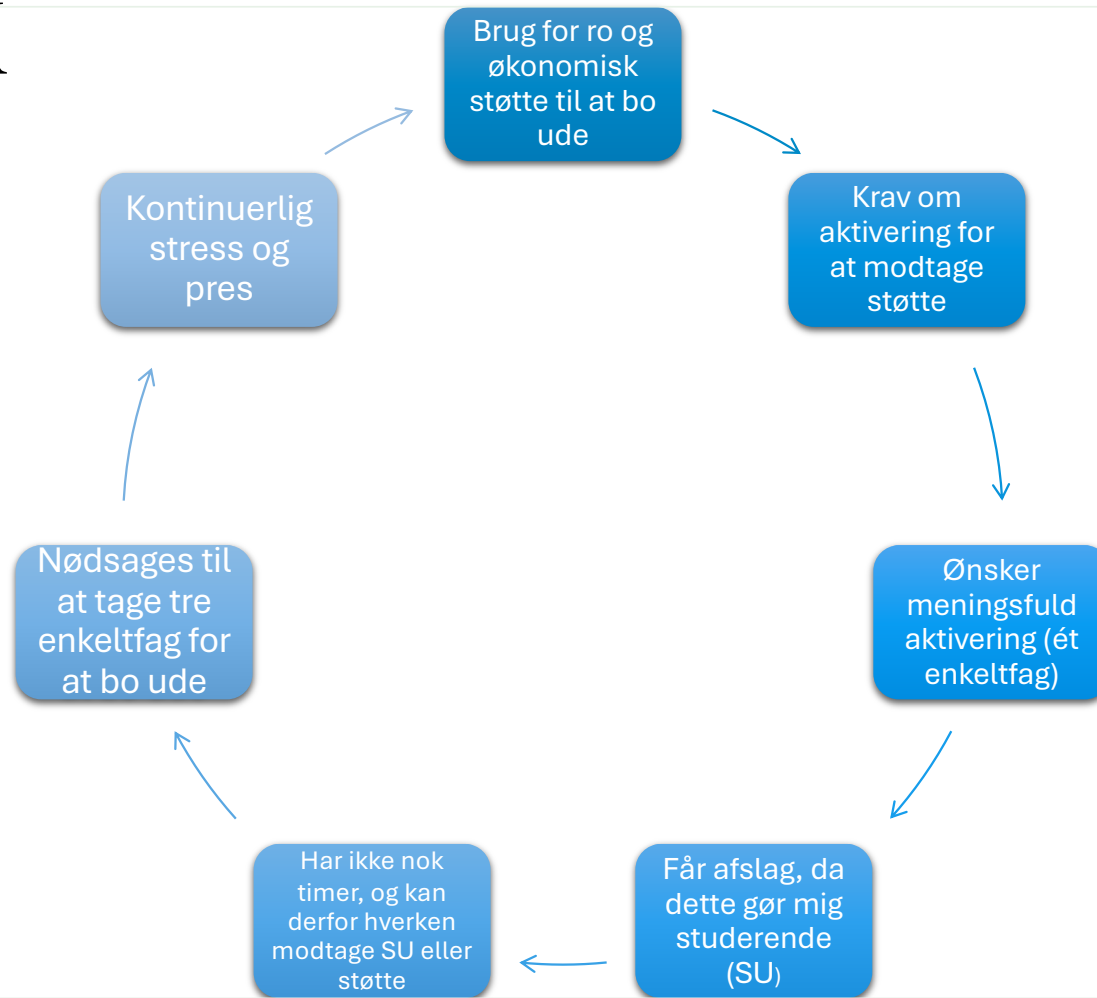
- Ingen hensyn til autisme
- De bestemte alt (tøj, luft, vaner)
- Umyndiggørelse
- Tvang og nedværdigelse
- Komplex PTSD



**JEG GJORDE
ALT DET
MODSATTE –
OG DET
VIRKEDE!**

- Ingen krav
- Ingen kontrol
- Ingen kostplan
- Ro

KOMMUNENS UTILGIVELIGE SYSTEM



HVORFOR?

- ❖ Energiunderskud – genetisk (kobling mellem diagnoser?)
- ❖ Manglende forståelse, viden og hensyn
- ❖ Overbelastning og stress
- ❖ Fysisk syg = omsorg

DET VIGTIGSTE

- Individuelle tilpasninger
- Mere tid og færre krav
- Respekt for rutiner og vaner
- At sige *fra* er en GOD ting
- MENINGSFULDHED

