

# Multi Family Therapie bij eetstoornissen (MFT)

Met meer gezinnen samen in dagbehandeling

Informatie voor cliënten



## Multi Family Therapie bij eetstoornissen

Eetstoornissen bij jongeren hebben vaak een grote weerslag op het functioneren van het hele gezin. De jongere met een eetstoornis is vaak zo bang om in gewicht aan te komen, dat de rest van het gezin hem stimuleert en soms ook dwingt de eetgewoonten te veranderen. Tegelijkertijd kunnen ouders, opvoeders of andere gezinsleden zo bang zijn voor de gevolgen van de eetstoornis dat ze mee gaan in de wensen van degene met de eetstoornis. Emoties lopen vaak hoog op en kunnen op hun beurt de eetstoornis verergeren.

Het beïnvloeden van dit proces binnen het gezin is nodig voor het uiteindelijke herstel. Het is van belang dat je ouders jou leren begeleiden naar een gezond gewicht en normaal eetgedrag.

## Meerdere gezinnen gezamenlijk in therapie

MFT (Multi Family Therapy) houdt in dat jij en je ouders en andere voor jou belangrijke personen, met meerdere gezinnen gezamenlijk in een groep therapie volgen. Je ouders leren hoe zij jou kunnen helpen om weer goed en gezond te gaan eten. Daarnaast doe je allerlei oefeningen en heb je groeps gesprekken. Die gaan eerst over de eetstoornis. Later gaat het bijvoorbeeld over omgaan met gevoelens en het beter leren praten met elkaar over andere dingen dan over alleen het eten.



## Gezamenlijk de eetstoornis de baas worden

Op basis van onderzoek weten we dat deze vorm van therapie de nummer 1 behandelmethode voor jongeren is en dat jongeren en ouders zelf deze behandeling het beste waarderen. Het doel van de MFT is om de gezinsleden zo goed mogelijk in hun kracht te zetten om in de thuissituatie de eetstoornis de baas te worden.

Uit onderzoek blijkt ook dat hoe eerder gestart wordt met werken aan herstel, hoe beter de prognose is.

*(Bron: onderzoek 'Outcome Research in Family Therapy' - Eia Asen, 2002)*

## Steun, erkenning en herkenning

Bij MFT worden meerdere gezinnen tegelijk in één ruimte behandeld. Jij en je ouders vinden altijd wel bij iemand herkenning en erkenning en de steun die jullie nodig hebben om stappen te zetten. Je helpt elkaar en kijkt door de bril van een ander naar jezelf met als doel dat je je kracht weer hervindt.

## Rol van je ouders

Je ouders spelen een grote rol in deze behandeling. Ze leren jou te helpen om je eetpatroon te normaliseren en alle angsten rond eten, bewegen, eetbuien enzovoorts te overwinnen. We helpen je ouders de eetstoornis te herkennen, erkennen als dat nodig is en beter begrijpen, zodat je thuis de steun kunt krijgen die je nodig hebt.

## Inhoud van de behandeling

**De behandeling bestaat uit onder andere de volgende onderdelen:**

*Groepsgesprekken en therapeutische activiteiten, gericht op:*

- het overbrengen van algemene kennis over eetstoornissen en het vergroten van inzicht in en begrip voor het eetgedrag van de jongere;
- het adviseren bij en het oplossen van problemen rondom de maaltijden en daarmee samenhangend gedrag van de jongere;
- het vergroten van inzicht in de betekenis van de eetstoornis;
- het omgaan met of controleren van spanningen of onaangename situaties in de toekomst, om stagnatie en terugval tegen te gaan;
- ontspanning;
- gezinsrelaties en achtergronden;
- het bevorderen van de autonomie van de jongere en het verbeteren van het zelfbeeld en lichaamsbeeld;

*Gezamenlijke maaltijden gericht op het verbeteren van het eetgedrag van de jongere;*

*Het regelmatig wegen van de jongere om de gewichtsontwikkeling te volgen (enkel in MFT basis);*

*Psychomotore therapie voor de jongere (enkel in MFT 1)*

## Voor wie?

De behandeling is voor thuiswonende jongeren in de leeftijd van elf tot en met achttien jaar met een eetstoornis en zijn gezinsleden.

De eetstoornis belemmert de leeftijdsadequate ontwikkeling en gezinspatronen bemoeilijken de verbetering van de klachten. De jongere én de ouders hebben de wens om de problemen rondom de eetstoornis aan te pakken.



## Vormen MFT behandeling

### MFT BASIS

MFT basis is een groepsaanbod waarbij minimaal drie en maximaal zes gezinnen deelnemen. De MFT basis start vijf tot zes keer per jaar. Dit aanbod wordt geïndiceerd voor alle jongeren tussen de 11 en 18 jaar met een eetstoornis.

#### Voorwaarden voor deelname binnen de MFT basis zijn:

- Intakegesprek hebben gehad bij GGz Breburg.
- Een diëtiste hebben.
- Bij ondergewicht moet er een kinderarts betrokken zijn.
- Beide ouders moeten deelnemen. Wanneer er sprake is van gescheiden ouders dienen de biologische ouders deel te nemen.

#### *Duur MFT basis*

Na een twee uur durende kennismaking met de hele groep volgen er 7 dagen van 8.30 tot 15.30 uur. Dit gedurende 4 á 5 weken aaneengesloten.

### MFT 1

MFT 1 is een vervolgaanbod op de MFT basis en is gebaseerd op dezelfde principes en uitgangspunten. Veel aandacht wordt besteed aan het durven aangaan van uitdagingen op eetgebied en het geleidelijk loslaten van de eetregels. Ook worden thema's als sociale contacten, zelfwaardering en perfectionisme besproken. Net als in de basis MFT is er een gezamenlijk eetmoment. In de MFT 1 is er daarnaast psychomotore therapie (PMT) in groepsverband voor de jongeren.

De belangrijkste voorwaarde voor deelname aan MFT 1 is dat de MFT basis geheel is doorlopen. Bij afronding van het MFT basisgedeelte is er een indicatie voor MFT 1 gegeven door het behandelteam.

#### *Duur MFT 1*

MFT 1 vindt wekelijks plaats op woensdagmiddagen van 12.00 tot 16.30 uur. De behandeling duurt 8 weken.

### MFT 2

De MFT 2 is een groep die om de 14 dagen plaatsvindt. Voorwaarde voor deelname aan MFT 2 is dat de jongere de basis MFT heeft doorlopen, gewichtsherstel heeft bereikt, zelf gemotiveerd is om te herstellen van een eetstoornis en verdere uitdagingen met eten aan wil gaan. Deze groep zal vooral gericht zijn op opnieuw vertrouwen krijgen in de jongere met een eetstoornis. Voor de jongere met een eetstoornis staan we stil bij hoe hij of zij kan leren omgaan met de eigen autonomie en zullen ouders leren los te laten. De jongeren zullen onderling met elkaar in gesprek gaan. De ouders bespreken zaken in de oudergroep. Ook zal er een eetmoment plaatsvinden.

#### *Duur MFT 2*

Om de 14 dagen een dagdeel.

### MFT 3

De MFT 3 is een groep die eenmaal per 4 weken plaatsvindt. Dit is een open groep waarvan ouders met hun kinderen gebruik kunnen maken om het laatste stuk naar herstel vorm te geven. Om aan deze groep te kunnen deelnemen, is het nodig de MFT basis te hebben doorlopen.

#### *Duur MFT 3*

Maandelijks gedurende 1,5 uur.



## Locatie

### Multi Family Therapie bij Eetstoornissen vindt plaats bij:

Centrum Eetstoornissen van GGz Breburg,  
Poolseweg 190, 4818 CG Breda.

## Aanmelding

### Je kunt je aanmelden bij:

Centrum Eetstoornissen, 088 01 65 900

Vervolgens word je uitgenodigd voor een intakegesprek met hulpverleners van Centrum Eetstoornissen. Gezamenlijk bespreken we of en wanneer we met de behandeling starten.

“We beloven iedereen die een beroep op ons doet, dat we samen de weg zoeken, vanuit alle complexiteit, naar een situatie die je weer aan kunt. Van te groot naar klein genoeg. Zodat jij je leven de baas blijft”

### Contact

Tel.: 088 - 016 16 16

info@ggzbreburg.nl

[www.ggzbreburg.nl](http://www.ggzbreburg.nl)