

Spiseforstyrrelsens labyrint har til formål at give læseren information om spiseforstyrrelser og at invitere mennesker med spiseforstyrrelser og deres pårørende til at forholde sig til deres egen eller den pårørendes spiseforstyrrelse. De fire forfattere er alle tilknyttet Team for Spiseforstyrrelser, Psykiatrisk afdeling Odense – Universitetsfunktionen.

Efter forord af psykiater og professor Finn Skårderud er bogen inddelt i 9 kapitler, hvori forfatterne præsenterer deres forståelse af spiseforstyrrelser: Hvad en spiseforstyrrelse er, hvordan den kan opstå, samt hvilken rolle det moderne samfund og vores kultur har for udvikling og vedligeholdelse af en spiseforstyrrelse. Her foreslås spiseforstyrrelsen bl.a. forstået som en beskyttelse imod den uro og det diffuse i det postmoderne samfund, for på den måde at blive en måde for den ramte at håndtere og tilpasse sig samfundets krav på. I to kapitler skriver forfatterne om følelser, og hvordan spiseforstyrrelsessymptomerne kan have en affektregulerende funktion. Følelser som vrede, glæde og især skyld og skam, samt effekten af disse, bliver fremhævet ved hjælp af formuleringer af mennesker, som er eller har været ramt af en spiseforstyrrelse. Forfatterne forklarer endvidere elementer, der typisk indgår i et psykiatrisk behandlingsforløb, heriblandt regelmæssig spisning og etableringen af en sund og naturlig kropsvægt. Relationen til ens pårørende er tit påvirket, når man har en spiseforstyrrelse, ligesom det kan være udfordrende at være pårørende til en, der kæmper med en spiseforstyrrelse. Dette tema og det ofte tabuiserede tema om seksualitet og intimitet bliver også diskuteret i bogen. I bogens appendiks kan man læse om forskellige muligheder for social og/eller kommunal støtte, når man som voksen er ramt af en spiseforstyrrelse.

En spiseforstyrrelse rammer oftest både fysisk, psykisk, socialt og, ikke mindst, i forhold til uddannelse eller arbejde, som kan blive svært for den enkelte at varetage over tid. Ved at belyse spiseforstyrrelsens effekter på forskellige livsområder tager bogen på en relevant måde højde for omfanget og kompleksiteten. Efter hvert kapitel i bogen er der et afsnit med opgaver til de læsere, der selv er ramt af en spiseforstyrrelse. Denne opbygning gør bogen praktisk anvendelig og lægger op til, at læseren – ud fra det i forvejen præsenterede materiale om spiseforstyrrelser – reflekterer over spiseforstyrrelsens funktion i eget liv. Der henvises til øvelser og online videoklip, og derfor fungerer bogen godt som et supplement til behandlingen på den specifikke psykiatriske afdeling, hvor forfatterne er tilknyttet.

Det kan være svært at finde vejen ind i behandlingssystemet. Det ville derfor berige bogen at have et kapitel om, hvordan man kommer i kontakt med behandlingssystemet for de læsere, som ønsker at søge behandling for deres spiseforstyrrelse. En kort beskrivelse af, hvilke behandlingsmuligheder der er, hvad man kan forvente af behandlingstilbuddene, og hvor man henvender sig først, ville sandsynligvis være en hjælp.

Bogen er letlæselig og forståelig, hvilket er en fordel, når den er tænkt som en hjælp til mennesker, der er ramt af en spiseforstyrrelse. Det kan være svært at formidle faglig information på en let tilgængelig måde. Det lykkes forfatterne generelt med, men nogle steder bliver teori og forskning simplificeret på en måde, som går på kompromis med troværdigheden. Dette ses bl.a. i kapitel 9, hvor forfatterne gennemgår nogle af de faktorer, der hhv. forbedrer og vanskeliggør udbyttet af behandlingen af en spiseforstyrrelse. Hvad udbytte i spiseforstyrrelsesbehandling er, og hvordan det lader sig måle, er en videnskabelig diskussion i sig selv, ligesom forskning ikke entydigt kan isolere prognostiske faktorer (se f.eks. Hecht & Shousboe, 2012). I kapitel 2 (s. 38) hævder forfatterne ydermere, at *"samfundets kompleksitet er på kollektivt plan med til at undergrave de stabile tilknytningsforhold, som er hele grundlaget for mentalisering"*. Det er ligeledes en udtalelse, som jeg mener kommer til at fremstå uden teoretisk fundament.

Forfatterne skriver, at *"mange personer med spiseforstyrrelser har en forringet mentaliseringsevne. De har svært ved at mærke, nuancere samt sætte ord på egne følelser"* (s. 23), og videre, at *"De har yderst vanskeligt ved at svare på, hvem de er, og hvordan de har det"* (s. 37). Det er én måde af flere at beskrive mennesker ramt af spiseforstyrrelser på, som jeg ikke nødvendigvis genkender fra mit eget behandlingsarbejde med spiseforstyrrelser. Et stort fokus på skyld og skam kan være med til i for høj grad at individualisere spiseforstyrrelsen og efterlade læseren med et indtryk af, at dens eksistensberettigelse beror på den enkeltes håndtering af svære følelser. En alternativ måde at forstå, hvad en spiseforstyrrelse gør, er den system-teoretiske, hvor fokus i høj grad er på sprogets indflydelse på selve problemet. Forfatterne bag en ny, dansk kvalitativ undersøgelse af patienter i psykiatrisk behandling for tvangsoverspisning (binge eating disorder; BED) peger på, at problemer relateret til spiseforstyrrelser kan være relationelt betingede, formet og vedligeholdt af sproget omkring problemet (se Meyer et al., 2018). Hvis man oversætter denne undersøgelses resultater til praksis, kan ovenstående citater fremstå noget problematiske, uden at det nødvendigvis er forfatternes hensigt.

Bogen er en udmærket generel introduktion til spiseforstyrrelser, især hvis man er eller har været tilknyttet den psykiatriske spiseforstyrrelsesbehandling i Odense, som forfatterne repræsenterer. Den er letlæselig og giver med øvelserne læseren mulighed for konkret at forholde sig til spiseforstyrrelsen i ens eget liv. Dog er der steder i bogen, hvor det faglige grundlag for forfatternes udsagn er mangelfuldt og vidtløftigt, og det går ud over den faglige troværdighed.

Bogen rummer flere gode budskaber. Det allervigtigste, efter min mening, at man kan blive rask af en spiseforstyrrelse. At der er håb for dem, der kæmper.

Referencer:

Hecht, L. K. & Schousboe, B. H. (red.) (2012). *Spiseforstyrrelser – symptomer, årsager og behandling*. Psykiatrifonden.

Meyer, L. B.; Waadegaard, M.; Lau, M. E. & Tjørnhøj-Thomsen, T. (2018). (Dis-)solving the weight problem in binge-eating disorder: Systemic insights from three treatment contexts with weight stability, weight loss, and weight acceptance. *Qualitative Health Research* (1-12).

Af Annika Helgadóttir Davidsen, autoriseret psykolog og ph.d.

