

Søskens erfaringer med deltakelse i flerfamilieterapi for spiseforstyrrelser



Ingrid Funderud

Regional seksjon spiseforstyrrelser, Klinikk psykisk helse og avhengighet, Oslo universitetssykehus, Oslo, Norge
ifunderu@ous-hf.no

Forfatteren har fylt ut interessekonfliktskjema og oppgir ingen interessekonflikter.

Søsken av pasienter i behandling for spiseforstyrrelser rapporterte at flerfamilieterapi bidro til at de følte seg mindre alene.

OMTALT ARTIKKEL

Funderud, I., Hage, T. W., Skjønhaug J., Kvakland A-L., Stedal, K., Rø, Ø. & Nilsen, J-V. (2025). The experience of siblings attending multi-family therapy for adolescent eating disorders: a mixed-methods study. *Journal of Eating Disorders*, 14, 25. <https://doi.org/10.1186/s40337-025-01502-9>

Spiseforstyrrelser er alvorlige psykiske lidelser som ikke bare påvirker personen selv, men gjerne også medfører belastninger for foreldre og eventuelle søsken (Zabala et al., 2009). Til tross for at søsken ofte står tett på lidelsen, er deres erfaringer lite undersøkt. Det som finnes av forskning viser at søsken ofte rapporterer om sosial isolasjon, høyt konfliktnivå i familien og negative konsekvenser for egen fysiske og psykiske helse (Dimitropoulos et al., 2009; Garley & Johnson, 1994; Halvorsen et al., 2013; Matthews et al., 2021; van Langenberg et al., 2016).

Spiseforstyrrelser debutterer oftest i tenårene (Solmi et al., 2022). Ved behandling av barn og unge med en spiseforstyrrelse anbefales familiebasert behandling som førstevalg (Helsedirektoratet, 2017). I behandlingsformen har foreldrene en sentral rolle i det terapeutiske arbeidet, mens søsken involveres i varierende grad.

Flerfamilieterapi kan tilbys som et supplement til familieterapi (Dare & Eisler, 2000). Flerfamilieterapi er en gruppebasert behandlingsform der flere familier møtes over tid under veiledning av terapeuter. Behandlingsformen legger i større grad til rette for søskens aktive deltakelse enn familieterapi for individuelle familier. I to studier beskrev søsken til ungdom med en spiseforstyrrelse at flerfamilieterapi var krevende, men nyttig (Batchelor et al., 2022; Brinchmann & Krvavac, 2021). Det er behov for mer kunnskap om hvorvidt flerfamilieterapi kan gi søsken den støtte og kunnskapen de har behov for. Derfor undersøkte vi (Funderud et al., 2025) søskens erfaringer med deltakelse i flerfamilieterapi.

Metode



Som ledd i kvalitetssikringsrutiner ved Regional seksjon spiseforstyrrelser (RASP), Oslo universitetssykehus (PVO saksnr. 23/01834), ble familier som deltok i flerfamilieterapi for spiseforstyrrelser, invitert til å besvare spørreskjemaer ved behandlingsstart, behandlingsslutt og ved seks måneders oppfølging.

Rammen for flerfamilieterapien ved RASP er at familiene møtes ti-elleve ganger, først fire sammenhengende dager, deretter oppfølgingsdager spredt over cirka fem måneder. Behandlingen kombinerer samtale med kreative og erfaringsbaserte oppgaver. Søsken oppfordres til å delta.

I vår studie inngår data fra søsken ($n = 72$) innhentet ved behandlingsslutt og ved seks måneders oppfølging, da spørsmålene ved disse tidspunktene var relevante for studiens problemstilling. Spørsmålene var utviklet for å fange søsknenes erfaringer med å ha deltatt i flerfamilieterapien, og var en blanding av åpne og lukkede spørsmål. De omhandlet blant annet søsknenes forventninger til terapien, om de ville ha anbefalt den til andre søsken og hvorvidt søsknene opplevde at terapiens behandlingsmål var blitt oppnådd.

Dataene ble analysert med en mixed methods-tilnærming, med deskriptiv statistikk for lukkede spørsmål og tematisk analyse for åpne spørsmål.

Hovedfunn

Kvantitative funn

Flertallet (63 %) av søsknene hadde nøytrale forventninger til behandlingen, mens noen hadde høye, lave eller ingen forventninger på forhånd. Likevel oppga 62 % at behandlingen overgikk deres forventninger. Nesten alle (96,5 %) ville anbefalt andre søsken å delta i flerfamilieterapi.

De tre viktigste behandlingsmålene for søsknene var «å hjelpe søskenet med spiseforstyrrelse til å få mot nok til å spise normalt», «å minske konfliktene rundt mat i familien» og «å kunne være sammen som familie».

Høyest måloppnåelse (87–100 %) ble rapportert for «å høre om hvordan det er i andre familier hvor noen har en spiseforstyrrelse», «å minske skyldfølelse og bebreidelser» og «å få støtte fra andre i samme situasjon».

Kvalitative funn

Den kvalitative analysen avdekket tre hovedtemaer:

«Økt forståelse av sykdommen og fremming av selvrefleksjon» fanget opp at søsknene opplevde økt mestring og kunnskap om spiseforstyrrelsen, samt at deltakelsen ga rom for refleksjon over egen rolle.

«Helende kraft i å knytte bånd til andre søsken og familiemedlemmer» tematiserte den opplevde verdien av å møte andre i samme situasjon, dele erfaringer og erfare at man ikke er alene.

«Å erfare positive endringer i familiedynamikken» omfattet beskrivelser av bedret kommunikasjon, større åpenhet og færre konflikter, samt en opplevelse av en mer «normal» hverdag.

Diskusjon og implikasjoner

Funnene støtter tidligere studier som viser at det kan være verdifullt for søsken å delta i flerfamilieterapi (Batchelor et al., 2022; Brinchmann & Krvavac, 2021). Hva ved flerfamilieterapi bidrar til disse positive opplevelsene? Ifølge våre funn gir terapien søsken en strukturert ramme der de

kan uttrykke egne perspektiver og lære sammen med andre i samme situasjon. Formatet balanserer ivaretagelse av søskens egne behov med støtte til forståelsen av deres rolle i tilfriskningsprosessen.



Ikke alle søsknene uttrykte stort utbytte, delvis på grunn av få søsken i gruppen eller stor aldersforskjell. Terapeuter bør være oppmerksomme på slike utfordringer og tilpasse aktiviteter ved behov, for eksempel ved å la de yngste delta på alternative måter som lek eller tilpassede oppgaver.

Søsknenes erfaringer ble samlet via skriftlige svar på åpne spørsmål i spørreskjemaer. Dette kan ha begrenset dybden i svarene, men kan samtidig ha gjort det lettere å svare ærlig. Andelen søsken som deltok i studien, er ukjent da totalantallet søsken ikke er registrert. Andelen som takket nei til å delta, kan ha hatt andre erfaringer. At alle deltakerne ble rekruttert fra én flerfamilieterapitjeneste, kan også begrense generaliserbarheten.

Samlet sett indikerer vår studie at flerfamilieterapi som aktivt involverer søsken, kan gi søsknene både kunnskap og emosjonell støtte. Funnene kan inspirere behandlere til å inkludere søsken i behandling og oppmuntre foreldre til å ta dem med.

DESIGN OG ANALYSE

- Deltakerne var søsken ($n = 72$, alder 7–22 år) som deltok i flerfamilieterapi sammen med en bror eller søster (11–18 år) med en spiseforstyrrelse, samt foreldre.
- Søsknene fylte ved avslutning av flerfamilieterapien ut et spørreskjema om sine erfaringer med deltakelsen, inkludert vurdering av egne behandlingsmål og måloppnåelse.
- Åpne spørsmål analysert med tematisk analyse (Braun & Clarke, 2006) og lukkede spørsmål med deskriptiv statistikk (4#punkts Likert#skala).
- Dataene ble analysert med en mixed methods-tilnærming.

HOVEDFUNN

Kvantitative funn

- Flertallet av søsknene svarte at flerfamilieterapien overgikk deres forventninger.
- Nesten alle ville anbefalt andre søsken å delta.

Kvalitative funn – hovedtemaer

- Styrket forståelse og selvrefleksjon: Bedret innsikt i spiseforstyrrelsen og refleksjon over egen rolle som søsken.
- Helende kraft i å knytte bånd: Verdifullt å møte andre i samme situasjon, dele erfaringer og erfare at man ikke er alene.
- Positive endringer i familiedynamikken: Bedret kommunikasjon, mer åpenhet og færre konflikter.

Referanser



- Batchelor, R., Cribben, H., Macdonald, P., Treasure, J., Cini, E., Nicholls, D. & Kan, C. (2022). The experiential perspectives of siblings and partners caring for a loved one with an eating disorder in the UK. *BJPsych Open*, 8(2), e76. <https://doi.org/10.1192/bjo.2022.43>
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Brinchmann, B. S. & Krvavac, S. (2021). Breaking down the wall" patients' and families' experience of multifamily therapy for young adult women with severe eating disorders. *Journal of Eating Disorders*, 9(1), 56. <https://doi.org/10.1186/s40337-021-00412-w>
- Dare, C. & Eisler, I. (2000). A Multi-family Group Day Treatment Programme for Adolescent Eating Disorder. *European Eating Disorders Review*, 8, 4–18. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0968\(200002\)8:1<4::AID-ERV330>3.0.CO;2-P](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0968(200002)8:1<4::AID-ERV330>3.0.CO;2-P)
- Dimitropoulos, G., Klopfer, K., Lazar, L. & Schacter, R. (2009). Caring for a sibling with anorexia nervosa: a qualitative study. *European Eating Disorder Review*, 17(5), 350–365. <https://doi.org/10.1002/erv.937>
- Garley, D. & Johnson, B. (1994). Siblings and eating disorders: a phenomenological perspective. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 1(3), 157–164. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.1994.tb00039.x>
- Halvorsen, I., Ro, O. & Heyerdahl, S. (2013). Nine-year follow-up of girls with anorexia nervosa and their siblings: retrospective perceptions of parental bonding and the influence of illness on their everyday life. *European Eating Disorder Review*, 21(1), 20–27. <https://doi.org/10.1002/erv.2191>
- Helsedirektoratet. (2017). *Nasjonal faglig retningslinje for tidlig oppdagelse, utredning og behandling av spiseforstyrrelser*. <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/spiseforstyrrelser>
- Matthews, A., Peterson, C. M., Lenz, K., Kramer, R. A., Mara, C., Copps, E. C. & Mitani, L. (2021). Modifiable factors associated with mental health symptoms in siblings of adolescents with anorexia nervosa. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26(6), 1757–1765. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-00993-6>
- Solmi, M., Radua, J., Olivola, M., Croce, E., Soardo, L., Salazar de Pablo, G., Il Shin, J., Kirkbride, J. B., Jones, P., Kim, J. H., Kim, J. Y., Carvalho, A. F., Seeman, M. V., Correll, C. U. & Fusar-Poli, P. (2022). Age at onset of mental disorders worldwide: large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. *Molecular Psychiatry*, 27(1), 281–295. <https://doi.org/10.1038/s41380-021-01161-7>
- van Langenberg, T., Sawyer, S. M., Le Grange, D. & Hughes, E. K. (2016). Psychosocial Well-being of Siblings of Adolescents with Anorexia Nervosa. *European Eating Disorder Review*, 24(6), 438–445. <https://doi.org/10.1002/erv.2469>
- Zabala, M. J., Macdonald, P. & Treasure, J. (2009). Appraisal of caregiving burden, expressed emotion and psychological distress in families of people with eating disorders: a systematic review. *European Eating Disorder Review*, 17(5), 338–349. <https://doi.org/10.1002/erv.925>