

Vanhemman/vanhempien ja aikuisen jälkeläisen välinen

Toipumissopimus

Tämä sopimus on suunniteltu tukemaan yhteistä tavoitetta: syömishäiriön voittamista. Me vanhemmat haluamme auttaa lastamme toipumaan ja olemme valmiit uhraamaan aikaamme ja resurssejamme tukemaan toipumista.

Sopimuksen tavoite: Varmistaa että kukin osapuoli työskentelee syömishäiriöstä toipumisen ja/tai sen uusiutumisen estämisen hyväksi.

Huomattavaa: Syömishäiriössä sairastunut jää helposti erilaisten syömishäiriö-rutiinien (*rajoittaminen, tyhjentäytyminen, pakkoliikunta, pakko-oireet ym*) vangiksi, ja niihin mukautuminen ylläpitää sairautta. Siksi läheisten velvollisuus on olla mukautumatta syömishäiriökäyttämiseen.

Vanhemmat kustantavat ja huolehtivat seuraavista asioista niin kauan kuin jälkeläinen noudattaa hoitosuunnitelmaa ja tätä sopimusta:

- asuminen
- ruoka
- kulkeminen (esim. bussiliput, auto, polttoaine) ja/tai kuljettaminen
- puhelinliittymä
- teitokone ja verkkoyhteys
- opiskelukustannukset tms.
- kuukausiraha tms.
- vapaa-ajan viettotapa tai harrastus (kuvaile)
- **kuvaa tässä listassa se, mitä perhe tekee jälkeläisen hyväksi. Raha on valtaa ja sitä voi käyttää vipuvartena lisäämään ulkoista motivaatiota**
- **tätä kohtaa voi myös käyttää kuvaamaan, mistä kaikesta vanhemmat itse luopuvat lapsensa hyväksi**

Jälkeläinen sitoutuu tekemään seuraavat asiat:

- antaa tarvittavat luvat hoitoon liittyvien tietojen välittämiseen vanhemmille
- käy kaikilla hoitosuunnitelman mukaisilla käynneillä
- syö ateriasuunnitelman mukaisesti niin kotona, koulussa, opiskelupaikassa kuin työssäkin ja... (lisää tähän se tuki mitä vanhemmat tarjoavat ruokailuissa kotona)
- ei harrasta ylimääräistä liikuntaa / liikkuu vain hoitosuunnitelman mukaisesti
- käy kaikissa hoitotahon määräämissä punnituksissa
- kertoo hoitotaholle kaikki olennaiset asiat voinnistasan ja käyttäytymisestään

Seuraukset: Mikäli jälkeläinen jättää tekemättä yllä mainittuja asioita eikä siten noudata tätä sopimusta, se johtaa seuraavaan:

- 1. kerta: Vanhemmat ja jälkeläinen keskustelevat yhdessä siitä, miten tavoin jälkeläinen onnistuisi parhaiten noudattamaan sopimusta. Vanhemmilla on oikeus tarvittaessa lisätä ongelmakohtiin liittyvää puuttumista, valvontaa ja tukea sekä rajoittaa taloudellista ja aineellista tukea (esim. kännykän, tietokoneen tai auton

Toipumissopimus, vanhempi ja jälkeläinen

Tukea syömishäiriöön sairastuneen läheisille

käyttöä), kunnes tavoitteet on saavutettu. Yhdessä mietityt keinot kirjataan sopimukseen.

- 2. kerta: Vanhemmat ja jälkeläinen keskustelevat yhdessä siitä, miten tavoin jälkeläinen onnistuisi parhaiten noudattamaan sopimusta. Vanhemmilla on oikeus lisätä ongelmallisiin kohtiin liittyvää puuttumista, valvontaa ja tukea sekä rajoittaa taloudellista ja aineellista tukea (esim. Kännykän, tietokoneen tai auton käyttöä), kunnes tavoitteet on saavutettu. Yhdessä mietityt keinot kirjataan sopimukseen.
- 3. kerta: Vanhemmat voivat rajoittaa kaikkea taloudellista tukea (myös asumiseen liittyvää). Jälkeläisen täytyy muuttaa omilleen (*asetta aikaraja*) kuluessa, mikäli hän edelleen jatkaa sopimuksen rikkomista.

Jälkeläisen allekirjoitus: _____ Päivämäärä: _____

Vanhemman allekirjoitus: _____ Päivämäärä: _____

Vanhemman allekirjoitus: _____ Päivämäärä: _____

Tätä sopimusta saa muokata oman tilanteen mukaisesti. Parhaiten se toimii, jos muotoilu tehdään esimerkiksi perhekäynnillä tai -terapiaistunnossa.

