

## Mentaliseren Bevorderende Therapie (MBT) – Oudercursus

Mentaliseren is het kunnen begrijpen van je eigen gedrag en dat van anderen in termen van gedachten, gevoelens, wensen, ideeën, etc. In een gesprek mentaliseren we automatisch. We reageren niet op wat de ander letterlijk doet of zegt, maar vaak ook op wat de ander denkt of voelt. Er zijn ook omstandigheden, soms voor langere periodes, waarin het mentaliseren niet lukt. De effecten daarvan hebben invloed op het emotionele en vaak ook lichamelijke welbevinden. Hierover zullen wij in de cursus meer uitleggen.

### Voor wie

Deze cursus is bedoeld voor ouders van jongeren die de MBT-behandeling volgen bij het Jongerenteam van het NPI.

### Doel van de cursus

Het betrekken van ouders bij de behandeling van de jongere is een belangrijk onderdeel van de behandeling. Als ouder ben je van nabij betrokken bij de ontwikkeling van je kind. In de cursus ga kennismaken met de MBT-methode. Je krijgt informatie over begrippen binnen de MBT. Hierbij komen onderwerpen aan de orde als mentaliseren, problemen met mentaliseren, emotieregulatie, vroegtijdige stress en trauma, hechting en het ouderschap. Ook wordt ingegaan op de opzet van de MBT-behandeling binnen het NPI.

De cursus bestaat uit drie bijeenkomsten, waarbij per keer een apart thema aan de orde komt. De kennis die je opdoet in de cursus helpt je om je kind te ondersteunen bij het volgen van de therapie en te begrijpen wat zich in je kind afspeelt. De kennis helpt je ook bij de systeemgesprekken met je kind, die op de cursus volgen en een belangrijk onderdeel zijn van het therapietraject.

(In deze cursus komen therapie-inhoudelijke onderwerpen betreffende je kind niet aan de orde.)

### Trainer/docent

De cursus wordt gegeven door de systeemtherapeut van het behandelteam, die je vervolgens ook in de systeemgesprekken zult spreken. De co-trainer is de sociotherapeut van het team of mogelijk een andere collega.

### Wat kun je verwachten

Je neemt deel aan de Oudercursus aan het begin van het MBT-traject op onze locatie in Amsterdam Noord of Oost. Er vinden drie bijeenkomsten plaats, duur is 2,5 uur per bijeenkomst.

### Locaties

De Oudercursus wordt gegeven op twee NPI-locaties:

NPI Oost      Domselaerstraat 128      1093 MB Amsterdam

NPI Noord      Buikslotermeerplein 420      1025 WP Amsterdam.

Beide locaties zijn bereikbaar via telefoonnummer: 020-5904700.

### Bewezen effectief

De effectiviteit van de MBT behandeling is wetenschappelijk bewezen.

### Kosten

Aan deze cursus zijn geen aanvullende kosten verbonden. De cursus is een onderdeel van de behandeling van je kind.