

Mentaliseren Bevorderende Therapie (MBT) Ambulant Intensief

Wat is Mentaliseren Bevorderende Therapie (MBT) ambulant intensief en voor wie?

MBT ambulant intensief is een intensieve behandeling voor mensen met een ernstige borderline persoonlijkheidsstoornis. De behandeling bestaat uit een combinatie van individuele- en groepspsychotherapie, sociotherapie en eventueel medicatie.

Bij MBT gaan we ervan uit, dat een probleem met mentaliseren de reden is dat mensen met borderline persoonlijkheidsproblematiek klachten ervaren. Mentaliseren houdt in, dat je je eigen gedrag en dat van anderen kunt begrijpen en verklaren vanuit achterliggende gevoelens, gedachten en bedoelingen. In een MBT-behandeling wordt gewerkt aan het versterken van dit mentaliserend vermogen.

Het mentaliserend vermogen neemt snel af bij verhoogde spanning, bijvoorbeeld wanneer contacten met anderen hechter en intenser worden. Als dat gebeurt, kunnen mensen overspoeld raken door emoties, voelen zich bekritiseerd of afgewezen, hebben de neiging gedachten bij anderen in te vullen of reageren impulsief vanuit een bepaalde gevoelstoestand. Sommigen mensen hebben minder last van deze heftige emoties, maar vermijden echte relaties met anderen. Dit heeft tot gevolg dat mensen met borderline persoonlijkheidsproblematiek zich regelmatig leeg, alleen of waardeloos voelen.

MBT ambulant intensief kan geschikt zijn als je stemmingswisselingen ervaart, op een schadelijke manier impulsief bent, jezelf pijn doet (automutilatie), eetproblemen hebt, gedachten heeft aan de dood en/of problemen hebt in contact met anderen.

MBT ambulant intensief is *niet* geschikt voor mensen bij wie een psychotische stoornis of verslaving op de voorgrond staat of bij wie sprake is van een hersenbeschadiging waardoor het ontwikkelen van mentaliserend vermogen niet mogelijk is.

Onderzoek toont aan dat mensen na een MBT-behandeling minder psychische klachten ervaren (vooral angst en depressie), minder middelen gebruiken en beter functioneren in sociale relaties en in de maatschappij. Tevens zijn er belangrijke en blijvende verbeteringen in zelfbeeld en zelfcontrole, een grote toename in de ervaren kwaliteit van leven en adequater gebruik van hulpverlenende instanties.

MBT indicatiegesprek

Als vanuit de intake gedacht wordt aan MBT word je uitgenodigd voor een MBT-indicatiegesprek. In dit gesprek zullen we samen met jou bespreken wat het doel en de werkwijze van MBT is. Ook zullen we nagaan of MBT aansluit bij je hulpvraag, veranderwens en mogelijkheden. Tevens bekijken we welk van de verschillende MBT-programma's van het NPI voor jou het meest geschikt is. Als zou blijken dat MBT toch niet geschikt is, dan geven wij je – in overleg met je intaker/aanmelder – advies over een andere meer passende behandeling.

Behandeling

De MBT-behandeling bestaat uit drie behandelfases, die opeenvolgend doorlopen worden. De MBT-behandeling is een persoonsgerichte behandeling op maat, dat wil zeggen afgestemd op wat het behandelteam en jij denken dat zinvol is. Het behandelaanbod kan per persoon en per behandelfase verschillend zijn.

1. De startfase van een MBT-behandeling duurt gemiddeld 3 maanden. Het programma bestaat, naast de MBT-Introductie cursus (zie Factsheet MBT-I), uit één keer per week contact met je behandelaren (psychotherapeut en/of sociotherapeut) en medicatieafspraken-op-maat bij de psychiater. Eventueel aangevuld met één van de modules. Als je voldoende gecommitteerd bent, kun je doorstromen naar de hoofdfase. Mochten er nog problemen

zijn, die de behandeling belemmeren (bijvoorbeeld middelengebruik, ernstige eetproblematiek, onvoldoende motivatie), dan kan dat een reden zijn om de commitmentfase te verlengen of kunnen we verwijzen naar een ander behandeltraject (binnen of buiten het NPI).

II. De intensieve fase duurt 12 maanden en vindt plaats op de locatie van het NPI in Amsterdam-Oost. Het behandelaanbod bestaat uit een basisprogramma en een optie voor het volgen van specifieke modules. Het basisprogramma bestaat uit twee keer 90 minuten per week groepspsychotherapie, één keer per week 45 minuten individuele therapie, één keer per 2 weken sociotherapie en waar nodig medicatieafspraken bij de psychiater. Tijdens je behandeltraject vindt op vaste momenten een evaluatie van je behandeling plaats door jou en je behandelteam samen. Op deze evaluatiemomenten wordt besproken of de behandeling voldoende brengt, of het behandelaanbod aansluit en of het zinvol is om een specifieke module toe te voegen.

Je behandelaars hebben regelmatig intercollegiaal overleg (intervisie/supervisie) om zo model-trouw te blijven werken en de kwaliteit van ons programma te waarborgen. Hiertoe zullen, met jouw toestemming, video-opnames gemaakt worden van je therapiesessies.

III. De afrondende fase duurt 6 tot 12 maanden. In deze fase ligt de focus op herstel, op het behouden van wat je hebt bereikt, en op het geleerde toepassen buiten de therapie. Het behandelaanbod is ook in deze fase op maat en afnemend in frequentie en intensiteit.

Module

In de verschillende fases van de behandeling is het mogelijk aanvullend een module te volgen. Dit gebeurt in overleg met je hoofdbehandelaar en het team.

Locatie

MBT Ambulant Intensief vindt plaats op de locatie van het NPI in Amsterdam Oost:
Domselaerstraat 128
1093 MB Amsterdam
Telefoonnummer: 020-5904700.

Bewezen effectief

De effectiviteit van MBT, zowel op symptoomniveau als op structureel niveau (de persoonlijkheid), is wetenschappelijk bewezen. MBT is opgenomen in de Multidisciplinaire Richtlijn Persoonlijkheidsstoornissen (2008) als één van de 'Big Four' psychotherapieën voor borderline problematiek en ook in de nieuwe Zorgstandaard Persoonlijkheidsstoornissen (2017).

Publicaties

- Bales, D.L., Beek, N. van, Smits, M., Willemsen, S., Busschbach, J.J.V., Verheul, R. & Andrea, H. (2012). Treatment outcome of 18-month, day hospital Mentalization-Based Treatment (MBT) in patients with severe borderline personality disorder in the Netherlands. *Journal of Personality Disorders*, 26, 568-82.
- Bales, D.L., Timman, R., Andrea, H., Busschbach, J.J.V., Verheul, R. & Kamphuis, J.H. (2015). Effectiveness of day hospital Mentalization Based Treatment for patients with severe borderline personality disorder; a matched control study. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 22, 409-417.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2001). Treatment of borderline personality disorder with psychoanalytically oriented partial hospitalization: an 18-month follow-up. *American Journal of Psychiatry*, 158, 36-42.
- Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2008). 8-year follow-up of patients treated for borderline personality disorder: Mentalization-based treatment versus treatment as usual. *American Journal of Psychiatry*, 165, 631-638.

- Bateman A & Fonagy P (2009). Randomized controlled trial of outpatient mentalization-based treatment versus structured clinical management for borderline personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 166, 1355-1364.
- Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2010). Mentalization-based treatment for borderline personality disorder. *World Psychiatry*, 9, 11-15.
- Jorgensen C.R., Freund C., Boye R., Jordet H., Andersen D. & Kjolbye M. (2012). Outcome of mentalization-based and supportive psychotherapy in patients with borderline personality disorder: a randomized trial. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 127, 305-317.
- Laurensen, E.M.P., Smits, M.L., Bales, D.L., Feenstra, D.J., Eeren, H.V., Noom, M.J., Köster, M.A., Lucas, Z., Timman, R., Dekker, J.J.M., Luyten, P., Busschbach, J.J.V. & Verheul, R. (2014). Day hospital Mentalization-based Treatment versus intensive outpatient Mentalization-based Treatment for patients with severe borderline Personality disorder: protocol of a multicentre randomized clinical trial. *BMC Psychiatry*, 14, 301.
- Laurensen, E.M., Westra, D., Kikkert, M.J., Noom, M.J., Eeren, H.V., van Broekhuizen, A.J., Peen J., Luyten, P., Busschbach J.J. & Dekker J.J. (2014). Day Hospital Mentalization-Based Treatment (MBT-DH) versus treatment as usual in the treatment of severe borderline personality disorder: protocol of a randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 14, 149.

Kosten

Ben je in Nederland verzekerd, dan wordt je behandeling bij het NPI vergoed via de Zorgverzekeringswet. Het NPI is een specialistische GGZ-instelling, wat inhoudt dat de behandelingen onderdeel zijn van de basisverzekering en vergoed worden door de zorgverzekeraars. Wel geldt bij behandeling in de specialistische GGZ het eigen risico. In je polisvoorwaarden staat precies beschreven voor welke vergoeding je in aanmerking komt. In sommige gevallen kan je verzekeraar melden dat er geen contract is met het NPI. Het NPI is echter onderdeel van Arkin en er is een contract met Arkin. De zorg van het NPI wordt via dit contract vergoed.

Contact

Je kunt je met een door de huisarts of medisch specialist ondertekende verwijsbrief aanmelden voor een intake bij het NPI. Meer informatie daarover is te vinden op onze website www.npisppecialist.nl.

Hebt je vragen dan kun je bellen met het NPI op: 020 590 4700.