

## Mentaliseren Bevorderende Therapie (MBT) Ambulant

### **Wat is Mentaliseren Bevorderende Therapie (MBT) Ambulant en voor wie?**

MBT ambulant is een intensieve behandeling voor mensen met borderline persoonlijkheidsproblematiek. De behandeling bestaat uit een combinatie van wekelijkse 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 psychische 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. Sommigen mensen hebben minder last van deze heftige emoties, maar vermijden relaties met anderen. Dit heeft tot gevolg dat ze mensen met borderline persoonlijkheidsproblematiek zich regelmatig leeg, alleen of waardeloos voelen.

MBT ambulant kan geschikt zijn als je stemmingswisselingen ervaart, op een schadelijke manier impulsief bent en/of problemen hebt in contact met anderen. MBT ambulant 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, 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 je bespreken wat het doel en de werkwijze van MBT is. Ook zullen we nagaan of MBT aansluit bij jouw hulpvraag, veranderwens en mogelijkheden. Tevens bekijken we welke 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 behandel fases, 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 behandel aanbod kan per persoon en per behandel fase verschillend zijn.

**I. De eerste fase** van een MBT-behandeling, de startfase, bestaat uit een MBT-introductie cursus (zie Factsheet MBT-I). Deze commitmentfase duurt 3 maanden. Het programma bestaat, naast de MBT-I cursus, uit individuele therapie en individuele sociotherapie op maat en medicatieafspraken op maat bij de psychiater. Als je voldoende gecommitteerd bent, kun je doorstromen naar de hoofdfase.

**II. De intensieve fase** duurt 12 maanden en vindt plaats op één van de locaties van het NPI in Amsterdam (Noord, Oost of West). Het programma bestaat uit één keer per week 90

minuten groepspsychotherapie, één keer per week 45 minuten individuele therapie, sociotherapie op maat en zo nodig medicatieafspraken bij de psychiater. Tijdens je behandeltraject vindt op vaste momenten een evaluatie van je behandeling plaats door jou en je behandelteam samen. Je behandelaren hebben daarnaast regelmatig intercollegiaal overleg (intervisie/supervisie) om model-trouw te blijven werken en de kwaliteit van ons programma te waarborgen. Hiertoe zullen, met jouw toestemming, video-opnames gemaakt worden van je therapie sessies.

**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 behandel aanbod is ook in deze fase op maat en afnemend in frequentie en intensiteit.

### Locaties

MBT ambulant wordt gegeven op alle locaties van het NPI in Amsterdam:

NPI, locatie Oost      Domselaerstraat 128      1093 MB Amsterdam

NPI, locatie Noord      Buikslotermeerplein 420      1025 WP Amsterdam

NPI, Locatie West      Overschiestraat 55      1062 HN Amsterdam

Alle locaties zijn bereikbaar via 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 de 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](http://www.npisppecialist.nl).

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