

Mentaliseren Bevorderende Therapie (MBT)

Mentaliseren is het kunnen begrijpen van uw eigen gedrag en dat van anderen in termen van gedachten, gevoelens, wensen en ideeën. In een gesprek mentaliseren we automatisch. We reageren niet alleen op wat de ander letterlijk zegt, maar vaak ook op wat we denken dat hij denkt of voelt.

Mentaliseren Bevorderende Therapie is (MBT) met name geschikt voor patiënten met borderline persoonlijkheidsproblematiek. Patiënten met een borderline persoonlijkheidsstoornis hebben vaak moeite met mentaliseren. Als iemand bijvoorbeeld boos naar hen kijkt, kunnen ze dat direct op zichzelf betrekken. Ze kunnen zich niet voorstellen dat andere redenen een rol kunnen spelen die misschien niets met hun te maken hebben en reageren direct op wat ze waarnemen. Als iemand boos kijkt, gaan ze in de aanval.

Patiënten kunnen hierdoor last hebben van mentale schommelingen, impulsief zijn of problemen ondervinden op interpersoonlijk en sociaal vlak. Door MBT leert de patiënt te ervaren dat hij niet de gevoelens 'is' maar dat hij ze 'heeft.' Hij neemt meer afstand van het intense gevoel van het moment. Hierdoor kan hij beter emoties onder controle houden, wat helpt in contact met anderen.

Wat kan de patiënt verwachten?

De behandelaar probeert samen met de patiënt te achterhalen in welke situaties het vermogen tot mentaliseren afneemt, hoe dit samenhangt met wat er net daarvoor gebeurde en hoe dit leidt tot bepaalde klachten of symptomen. Voor de patiënt wordt het hierdoor steeds duidelijk wie hij is wat hij met zijn problemen kan en wil. Om de mentaliserende vermogens te bevorderen, richten behandelaars zich vanuit een niet-wetende en gelijkwaardige houding met name op wat er in het hier en nu tussen patiënt en hulpverlener afspeelt. Na een behandeling volgens het MBT-model ontstaat een verbeterd mentaliserend vermogen met als gevolg: minder klachten (met name angst en depressie), grote afname van het middelenmisbruik (indien van toepassing), beter functioneren in sociale relaties en in de maatschappij, belangrijke en blijvende veranderingen op een aantal gebieden zoals zelfbeeld en zelfcontrole, grote toename in de ervaren kwaliteit van leven en adequater gebruik van hulpverlenende instanties. Het NPI biedt de volgende modules: MBT ambulante, MBT ambulante intensief, MBT 5-daagse deeltijdprogramma

Bewezen effectief

De effectiviteit van MBT is bewezen door de volgende wetenschappelijke onderzoeken. Het NPI is gespecialiseerd in het hanteren van complexe therapeutische relaties.

- Jorgensen C.R., Freund C., Boye R., Jordet H., Andersen D., Kjolbye M. Outcome of mentalization-based and supportive psychotherapy in patients with borderline personality disorder: a randomized trial. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 2013;127(4):305-317. [Link naar het artikel.](#)
- Bateman A, Fonagy P. Randomized controlled trial of outpatient mentalization-based treatment versus structured clinical management for borderline personality disorder. *American Journal of Psychiatry*. 2009 Dec; 166(12):1355-1364. [Link naar het artikel.](#)

Kosten

De behandelingen van het NPI zijn onderdeel van de basisverzekering en worden vergoed door de zorgverzekeraar. In sommige gevallen kan de 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

Patiënten kunnen met een ondertekende verwijsbrief worden aangemeld voor een intake bij het NPI. Alle behandelingen vinden plaats op de Domselaerstraat 126 of 128 in Amsterdam. Wilt u met één van onze behandelaren overleggen over een aanmelding, dan kunt u bellen tijdens het dagelijkse telefonisch spreekuur van 13.00-14.00 uur via 020 590 4700. Kijk voor meer informatie op www.npispecialist.nl.