

MBT for ungdom i BUP

Suzanne Børretzen, Fredrik Cappelen, Gertrud Marie Moen, Jennie Gärderup Richard, Cilje Sunde Rolfsjord, Bente Tafjord.
Lovisenberg Diakonale Sykehus, Nic Waals Institutt
Kontakt: CiljeSunde.Rolfsjord@lds.no

Målsetning: Ca. 20% av ungdom i BUP oppfyller diagnostiske kriterier for en personlighetsforstyrrelse (pf) (Korsgaard et al., 2015). Det er behov for mer spisset behandling, rettet mot de spesifikke vanskene ved pf. Vansker med mentalisering antas å være en grunnvanske. Ved Nic Waals Institutt ønsket vi å bedre behandlingstilbudet til denne gruppa ungdommer.

Målgruppe: MBT retter seg i utgangspunktet mot ungdom med emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse (BPD) eller trekk av dette, slik som selvskading og/eller selvmordsproblematikk. Vi har tilbudt psykoedukativ gruppe også til ungdommer som strever med andre typer vansker med følelsesregulering og relasjoner. Gruppeformatet har blitt tilpasset ungdommer i innhold og form.

Hva er mentalisering og mentaliseringsbasert terapi (MBT):

- Mentalisering kan betegnes som «evnen til å se seg selv utenfra og andre innenfra».
- En forutsetning for god samhandling med andre er at vi forstår hverandre, det vil si oss selv inkludert, rimelig korrekt.
- Personligheten vår er preget av blant annet medfødt temperament, tilknytningserfaringer og -mønstre, samt vår mentaliseringsevne.
- Når følelsene blir sterke, kan mentaliseringssvikt oppstå og føre til misforståelser og problemer.
- Ved personlighetsproblematikk kan terskelen for mentaliseringssvikt være lavere enn hos andre.
- MBT forsøker å øke mentaliseringsevnen til ungdommene som deltar i behandlingen.
- Det har vist seg å kunne bedre fungering, evne til å takle vanskelige følelser og erfaringer, og bedre relasjoner til seg selv og andre.

Abstract: Appr. 20% of youth in outpatient child and adolescent mental health clinics suffer from personality problems. Mentalizing can be described as the ability to think and feel in a balanced manner. Mentalization based therapy (MBT) has proved to be helpful for adults with personality disorder. Implementing MBT adjusted for youth is aiming at improving treatment for this group.

Behandlingens format

- Fokus på mentaliserende holdning: Åpen, nysgjerrig, utforskende om egne og andres tanker, følelser, motiver osv.
- Utgangspunkt i konkrete situasjoner ungdommen opplever og de relasjonene de inngår i: «Hvordan forsto du det/han/henne?»
- Undrende/ikke-vitende holdning hos terapeuten, hjelpe til å oppdage egne mønstre og sammenheng med tidligere erfaringer.



Individualterapi

- 6 ganger, 6-10 deltakere. Målsetning om å øke motivasjon for og effekten av individualterapi. Tar utgangspunkt i situasjoner fra ungdommens hverdag. Vi har brukt filmsnutter fra SKAM, Youtube m.m. for å illustrere og skape diskusjon.
- Temaer: Hva er mentalisering? Hvorfor oppstår misforståelser når mentaliseringen svikter? Mentalisering og følelser, følelsesregulering, tilknytning og mentalisering, avslutning.



Psykoedukativ gruppe

Kasusformulering

- Brev til ungdommen fra terapeuten om fortid/bakgrunn, nåtid/problem-beskrivelse, framtid/ endringsmål. Ut fra forståelse basert på temperament, tilknytning og mentaliseringsstil.
- Skal være gjenkjennelig for ungdommen og bidra til sterkere terapeutisk allianse. Tilpasses mentaliseringsnivå og er i et forståelig språk. Utgangspunkt for terapeutisk fokus.



Foreldreveiledning

- Målsetning om å hjelpe foreldre til bedre å mentalisere sin ungdom slik at de kan bidra med passende emosjonell støtte i prosessen mot individualisering, løsrivelse og autonomi.
- Mange foreldre kan selv streve med mentaliseringsvansker og følelsesregulering.



Utredning: Grunnutredning: ASEBA-skjemaer, diagnostisk intervju, f.eks. MINI/Kiddie SADS, evt. anamnese med foreldre.

På indikasjon: Videre utredning for PF/PBD med screeningskjema «Hvordan tenker og føler du om deg selv og andre» ((BFSC11, Carla Sharp), og «Intervju for barn om emosjonelt ustabil personlighetsforstyrrelse» ((CI-BPD) Mary C. Zanarini, 2003).

Teamet: Terapeutene møtes jevnlig til veiledning og videopresentasjon av terapier. Teamets hovedfunksjon er å hjelpe terapeutene til å beholde et mentaliseringsfokus i møte med sterke følelser, inkl. fenomener som selvskading og selvmordsproblematikk.

Bakgrunn for prosjektet: Oppstart høsten 2016 ved Nic Waals Institutt, seksjon ungdom og seksjon ambulans. Fem terapeuter (fire psykologer og en psykiater) tok introduksjonskurs i MBT. Dannet et team som møttes annen hver uke. Veiledning ca. 4 g/semester ved Nasjonal kompetansetjeneste for personlighetspsykiatri (NAPP). Startet behandling etter MBT-modell med egne pasienter i BUP. Oppstart psykoedukativ gruppe våren 2017. Fire terapeuter tar ferdypningsutdanning i Mentaliseringsbasert individualterapi ved Institutt for Mentalisering, i løpet av 2018.

