

**Interventies bij  
het therapieprogramma  
Mentalisation Based Treatment (MBT)**

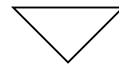
## Interventies: principes

- Eenvoudig
- In het hier-en-nu
- Procesgericht i.p.v. op de inhoud
- Gericht op affect (liefde, verlangen, pijn)
- Gericht op de mentale toestand van de cliënt i.p.v. op gedrag
- Breng de mentale toestand in verband met de actuele gebeurtenis of activiteit
- Leg de nadruk op (bijna) bewuste inhouden en niet zozeer op onbewuste lagen

## Interventies: spectrum

1. Steun en empathie
2. Clarificatie en uitwerking
3. Basaal mentaliseren
4. Interpreterend mentaliseren
5. Mentaliseren over de overdracht

*het meest toegepast*



*het minst toegepast*

## Interventies: 1. steunend en empathisch

- Luister met respect voor het verhaal en de expressie
- Wees positief, hoopvol, maar bevregend
- Laat blijken dat je het wil weten en begrijpen
- Neem de niet-wetende houding aan
- Pluis uit wat het verhaal emotioneel betekent
- Identificeer niet-mentaliserende uitspraken
- Maak de cliënt nieuwsgierig naar drijfveren van zichzelf en van anderen
- Vermijd adviezen
- Identificeer, exploreer en complimenteer als er goed gementaliseerd wordt

## Interventies: 2. clarificeren en uitwerken

- Help de cliënt vanuit zijn perspectief betekenis te geven aan gedrag dat voortkwam uit het falen van mentaliseren, zodat de cliënt zichzelf beter snapt
- Neem de gebeurtenis stap voor stap door, exploreer de details en de interne processen die tot de actie hebben geleid
- Wees alert op signalen die wijzen op het niet goed 'lezen' van de mentale toestand van zichzelf en anderen
- Zoek met de cliënt naar een alternatieve visie
- Stel open vragen, vraag door
- Exploreer bij het uitwerken van het affect de gevoelens van de cliënt en laat je niet afleiden door het besproken affect

## Interventies: 2. clarificeren en uitwerken

### *Techniek: stop en sta stil*

- Wanneer? Pas deze techniek toe bij een *overgang naar niet-mentaliseren*
- Onderbreek de dialoog en dring erop aan dat de cliënt zich richt op het moment van de overgang
- Stimuleer, na het onderbreken, het reflecteren op een bepaald moment van de sessie dat onduidelijk of verwarrend is of waaruit blijkt dat de cliënt grove misassumpties maakt en hier beslissingen op baseert
- Exploreer altijd ook de onderliggende gevoelens
- Houd vast en laat je niet afleiden van het exploreren

## Interventies: 3. basaal mentaliseren

### *Techniek: stop, luister en kijk*

- Wanneer? Pas deze techniek toe bij signalen van een *verminderende mentaliserende capaciteit* (de cliënt reageert helemaal niet op geuit gevoel van de ander, heeft een afwijzende houding, er is gebrek aan continuïteit in de dialoog)
- Vertraag de sessie om zo het moment stap voor stap te exploreren (mentaliseren in het moment)
- Stel vragen als: hoe denk jij dat hij/zij zich voelt, hoe verklaar jij dat hij/zij gisteren is gaan ... (snijden), wat is jouw gevoel daarover

## Interventies: 3. basaal mentaliseren

### *Techniek: stop, ga terug en exploreer*

- Wanneer? Pas deze techniek toe op het moment dat het *gevaar bestaat dat de gevoelens van een cliënt of de groep oncontroleerbaar worden*
- Ga terug naar het moment binnen de sessie waarop het oncontroleerbaar dreigde te worden en exploreer het proces wat zich net heeft afgespeeld opnieuw
- Stel vragen als: laten we even terugkijken wat er daarnet tussen x en y gebeurde. Stop, even wachten, voor dat dit verder escaleert vind ik het belangrijk dat we teruggaan naar het moment dat ...

## Interventies: 4. interpretatief mentaliseren

### *Overdrachtssporen*

- Let op overdachtssporen d.w.z. verbindingen van de inhoud en het proces van de sessie naar de cliënt /therapeut relatie (beweging naar binnen) of naar het leven van de cliënt buiten de therapie (beweging naar buiten)
- Beweeg, zo mogelijk, de therapie naar het hier-en-nu aspect van interpersoonlijke interacties
- Doseer de intensiteit van de verbindingen die gemaakt worden; hoe verder naar binnen hoe intenser de emotie
- Let goed op of de cliënt of de groep de verhoogde spanning aankan

## Interventies: 5. het mentaliseren van de overdracht

- Valideer de ervaring
- Exploreer in de actuele situatie
- Aanvaard en onderzoek de enactments, de bijdrage van jezelf als therapeut
- Werk samen met de cliënt om te begrijpen wat er in jullie interactie gebeurt
- Bied, zo nodig, een alternatieve zienswijze aan
- Let op de reactie van de cliënt
- Onderzoek de reactie van de cliënt