

”Mentaliseringsbasert individualterapi 2026”

Kurset arrangeres av Institutt for Mentalisering

Sted: Holbergs kurs- og konferansesenter, Oslo

Datoer: 5/2, 12/3, 16/4, 4/6, 20/8, 1/10, 29/10, 3/12.

Læringsmål: ”MBT-individualterapi” er i hovedsak et teknisk terapeutisk kurs. Fremste læringsmål er at deltakerne erverver seg bedre tekniske ferdigheter i MBT individualterapi. Sekundært læringsmål er at deltakerne lærer å anvende MBT vurderingsskala. Andre læringsmål er teoretisk forståelse av mentalisering, psykodynamikk og intersubjektivitet ved alvorlig personlighetspatologi (inkludert spiseforstyrrelser) og MBT.

Arbeidsform: Deltakerantallet er 24 og det legges opp til en arbeidsform med mye egenaktivitet og interaksjon med og mellom deltakerne. Det veksles mellom plenum og to smågrupper som ledes av henholdsvis Sigmund Karterud og Henning Jordet. Det vil bli lagt stor vekt på ferdighetstrening og for dette formålet vil det også bli brukt rollespill.

Alle deltakerne må drive en individualterapi der en tilstreber MBT. Det trenger ikke å være en borderlinepasient og det trenger heller ikke å være en kombinasjonsterapi, men helst dette om det er mulig. Alle må forplikte seg til å legge frem utdrag av terapien i smågrupper. Helst med video, sekundært verbatim utskrift. Vedrørende video, må deltakerne ha sørget for samtykke fra sine pasienter og evt. fra sin overordnede. Det avtales på forhånd hvilke kandidater i hver gruppe som skal legge frem materiale til veiledning.

Litteratur: Man må selv anskaffe følgende litteratur som anses som kjernepensum:

Karterud, Folmo & Kongerslev (2020): Mentaliseringsbasert terapi (MBT). Oslo: Gyldendal.

Bateman & Fonagy (2011): Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice.

Bateman & Fonagy (2016): Mentalization-based treatment for personality disorders. A practical guide.

Karterud & Bateman (2011): Manual for mentaliseringsbasert psykoedukativ gruppeterapi.

Vi anbefaler også:

Allen, Fonagy & Bateman (2008): Mentalizing in Clinical Practice. Washington DC: American Psychiatric Publishers, Inc.

Allen & Fonagy (2006): Handbook of Mentalization-Based Treatment.

Bateman & Fonagy (2004): Psychotherapy for Borderline Personality Disorder: Mentalization Based Treatment.

Gruppeinndeling og forberedelser: Deltakerne deles i to grupper. Før kursstart sender hver deltaker inn til sin gruppeleder en kort redegjørelse om aktuelle pasient og terapiens rammebetingelser, samt det aller første utkast til en mentaliseringsbasert dynamisk formulering.

Generell struktur:

09-10 Plenum 1 – forelesning og diskusjon.
10-12 Smågruppearbeid (veiledning, video, rollespill).
12-12.45 Lunsj.
12.45 – 13.30 Plenum 2 – forelesning og diskusjon.
13.30 – 15.30 Smågruppearbeid (veiledning, video, rollespill).
15.30 – 16.00 Plenum 3 – oppsummering og diskusjon.

Gang 1 vil fokusere på struktur, allianse og mentaliseringsbasert dynamisk formulering. Til gang 1 må alle deltakerne være forberedt på å presentere bakgrunnsmateriale og forslag til mentaliseringsbasert dynamisk formulering for de pasientene det senere skal veiledes om. To deltakere i hver gruppe tar med materiale til ordinær MBT veiledning.

Gang 2-9 vil fokusere på tekniske elementer som er beskrevet i MBT vurderingsskala. Disse vil bli knyttet opp til relevant teori. Elementene vil dels bli demonstrert gjennom videoklipp. I smågruppene vil hovedtemaene for hver gang vies spesiell oppmerksomhet. I teksten nedenfor refererer tallene til nummereringen i MBT vurderingsskala. Fire til fem deltakere i hver gruppe tar med materiale for veiledning hver gang.

1 gang (Allianse og struktur)

Noe lengre plenum 1. Først presentasjonsrunde. Forelesning: Generelt orienterende, struktur, kombinasjonsterapi, team, allianse og mentaliseringsbasert dynamisk formulering.
Noe lengre plenum 2. Refleksiv funksjon, øvelser i vurdering av RF, MBT vurderingsskala, terapiprosessen og arbeidsformen i kurset.

2 gang (Terapeutisk holdning)

Plenum 1: 1) Engasjement, interesse og varme, og 2) Utforsking, nysgjerrighet og ikke-vitende holdning.
Plenum 2: 3) Utfordring av uberettigede oppfatninger og 4) Tilpasning til mentaliseringsnivå.

3 gang (Pretend modus og psykisk ekvivalens)

Plenum 1: 8) Pretend modus.
Plenum 2: 9) Psykisk ekvivalens.

4 gang (Regulere spenningsnivå og bekreftelse)

Plenum 1: 5) Regulering av spenningsnivå og 7) Påskjønning av positiv mentalisering.

Plenum 2: 12) Stopp og spol tilbake.

5 gang (Stimulere mentalisering gjennom prosessen)

Plenum 1: 17) Integrering av erfaringer fra samtidig gruppeterapi.

Plenum 2: 6) Stimulering av mentalisering gjennom prosessen.

6 gang (Affekter)

Plenum 1: 10) Affektfokus og 13) Bekreftelse av følelsesmessige reaksjoner.

Plenum 2: 11) Affekt og interpersonlige hendelser.

7 gang (Overføring og skåring av hel time)

Plenum 1: 14) Forholdet til terapeuten og overføring.

Plenum 2: Skåring av hel time i henhold til MBT vurderingsskala.

8 gang (Motoverføring og skåring av hel time)

Plenum 1: 15) Bruk av motoverføring og 16) Sjekke egen forståelse og korrigere misforståelser.

Plenum 2: Skåring av hel time i henhold til MBT vurderingsskala.