



INSTITUTT FOR  
**MENTALISERING**

# **MBT traume**

Henning Jordet

Psykologspesialist

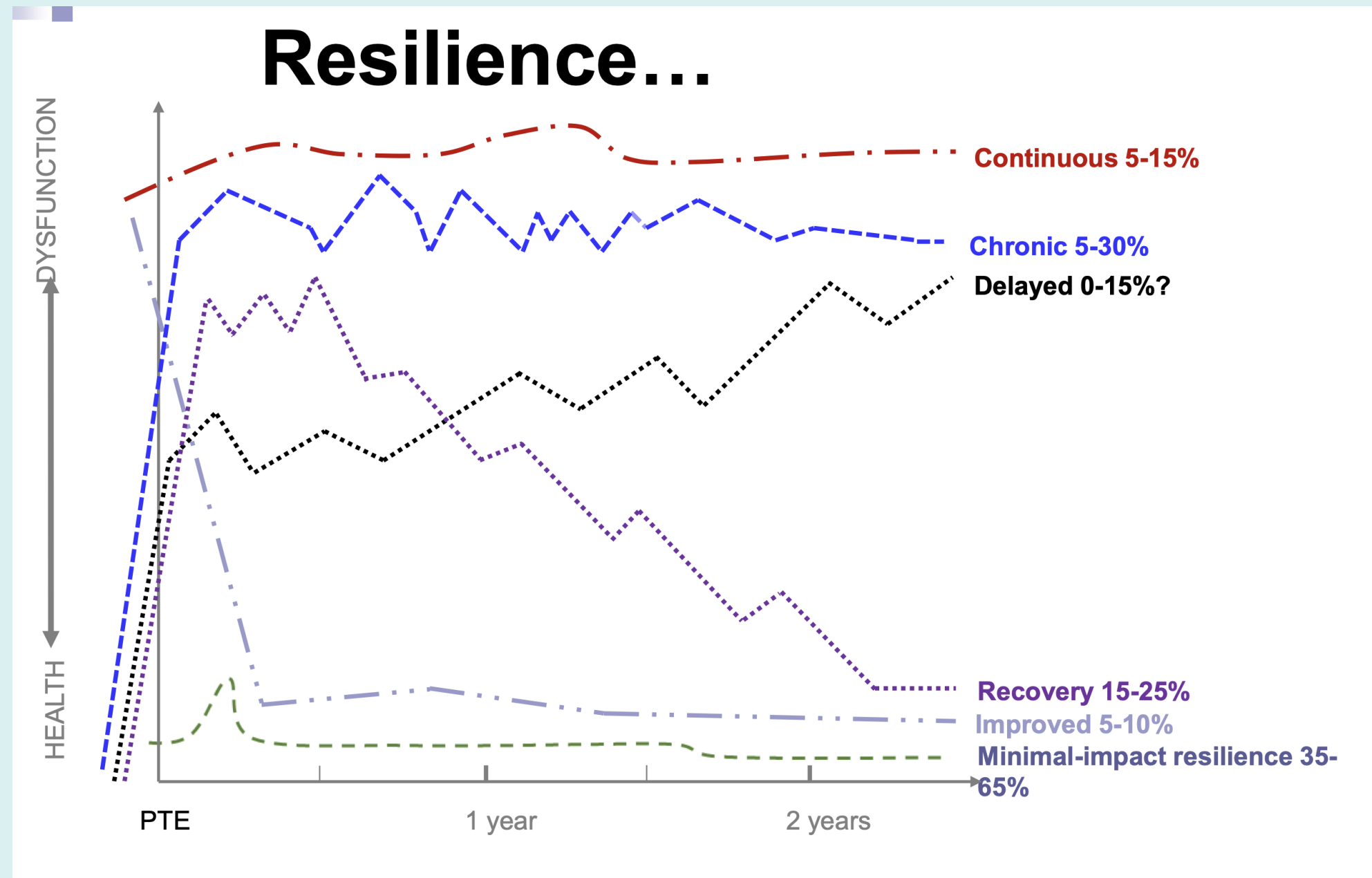
Daglig og faglig leder Institutt for Mentalisering

# Hva gjør en belastende livshendelse til et traume?

- En belastende hendelse blir traumatisk når den forsterkes av en følelse av at ens sinn er alene
- Normalt gir et tilgjengelig annet sinn den sosiale referansen som gjør oss i stand til å ramme inn en skremmende og ellers overveldende opplevelse.
- I.e. Det er mangel på mentalisering som skaper traume



# Folk flest er resiliente



**(Luyten 2022)**

# MBT traumebehandling

- Utvikle en tillitsfull relasjon
- Formulere mål sammen med pasienten (caseformulering)
- Gi psykoedukasjon om traumer og mentalisering
- Validere og normalisere følelser knyttet til traumer
- Håndtere angst og dissosiasjon/selvskading
- Forbedre håndtering av følelser
- Mentalisere traumatiske opplevelser ("mikro-slice"-hendelser) og deres personlige påvirkning
- Adressere påvirkning på mellommenneskelige relasjoner: hjelp pasienter med å skape endring i sitt (mellommenneskelige) miljø

# MBT traumebehandling

- Pasienter med cPTSD (med eller uten BPD)
- 9-12 måneder
- Individuelle og gruppesesjoner
- Mål: traumatiske symptomer og personlighets funksjon
- Fokus: styrke mentalisering ved traumatiske episoder
- Avtalt prosess og resultatmål
- De første gruppene går i London, Genève, & Heidelberg, Holland
  - 8 klinikker i Norge er i gang nå

# Behandling

- **MBT-TF starter med en serie på 4–6 individuelle timer med fokus på etablering av behandlingsallianse og kasusformulering:**
- **Kartlegging av generell psykisk helse**
- **Kartlegging av traumesymptomer**
- **Kartlegging av sosial fungering og relasjoner**
- **Etablering av behandlingsallianse og motivasjon for behandling gjennom psykoedukasjon og introduksjon til behandlingsplanen**
- **Identifisering og håndtering av kjernesymptomer som kan hindre deltakelse i behandlingen og gruppesesjonene, for eksempel dissosiasjon**
- **Lære strategier for å håndtere symptomer som sannsynligvis vil vanskeliggjøre aktiv deltakelse i behandlingen**
- **Diskusjon av pågående MBT-behandling**

# Gruppe

- **Gruppebehandling i faser;**
- **Første fase (6-9 sesjoner) inneholder presentasjon av gruppemedlemmer og etablering av gruppeverdier**
- **Neste fase (16-18 sesjoner) er gjennomgang av utvalgte hendelser i gruppa.**
- **Alle pasienter presenterer en gang (to pr gruppemøte), deretter en evaluering, før alle presenterer en gang til**
- **Avslutningsfase (6-8 sesjoner) med evaluering av gruppen, konsolidering av terapeutisk utbytte, sorgbearbeidning og veien videre**