



# Et Mentaliseringsbaseret perspektiv på identitet, ungdom og krise baseret på MBT-G for unge med personlighedsforstyrrelse

Nordisk MBT Konference 2026 Bergen


Speciallæge Kathrine Nikolajsen & Specialpsykolog Kasper Pyndt

Aarhus Universitets Hospital, Børne- og ungdomspsykiatrisk Afd.



# Er MBT-G god behandling til unge med personlighedsforstyrrelse?

- Beck et al 2020:
- 112 unge med BPD i et RCT for MBT-G
- 12 mdrs behandling 3x PE, 37x MBT-G, 5x caseformuleringssessioner
- 29% havde remission ifht. borderline kriterier
- MBT-G var ikke bedre end TAU (1x/mdr)
- Drop-out 56% (27% i sidste halvdel af behandlingen)
- "Thus group-based MBT may not be suitable for those adolescents who experience a high level of psychopathology and low level of social functioning"
- Gruppeterapi er vanskelig behandling og kan måske ikke stå alene?



# Hvad siger de unge om MBT-G - to kvalitative undersøgelser

- ▶ Fjellerad et al 2021: Drop-out 10 unge & Bryde et al 2026: retrospektivt 11 unge
- ▶ Angiver følgende årsager til drop out:
  - ▶ Negative experience with treatment approach
  - ▶ Not in the right treatment
  - ▶ Difficulty receiving treatment in group format
  - ▶ Change in group make-up and treatment course
  - ▶ Experiencing negative emotions
  - ▶ No longer in need for treatment
- ▶ Positive elementer er gruppesammenhæng, god alliance og forståelse af MBTs rationale

# PERSONLIGHEDSUDVIKLING OG MENTALISERING HOS UNGE

## SÅRBARHED & UDVIKLING



Tidlige erfaringer: tilknytning, traumer, følelses regulering



Problemløsning, abstrakt tænkning og læring



Affektregulering og mentaliseringsevne



Udvikling af selvforståelse og identitet

## RELATIONER & IDENTITET



Jævnaldrende som primær reference



Høj sensitivitet for afvisning og eksklusion



Identitet formes gennem sociale spejlinger

## FØLELSER & IMPULSIVITET



Stærke, hurtigt skiftende følelser



Lav tærskel for følelsesudbrud



Mentalisering kollapser let under pres

## MENTALISERING

Evnen til at forstå mentale tilstande hos sig selv og andre giver mening, regulering og bedre relationer

*Vi spejler, forstår og udvikler sammen*



## TERAPEUTISK MULIGHED



Ungdom = udviklingsvindue



MBT støtter stabilisering



Nysgerrighed på mentale tilstande hos sig selv og andre som drivkraft

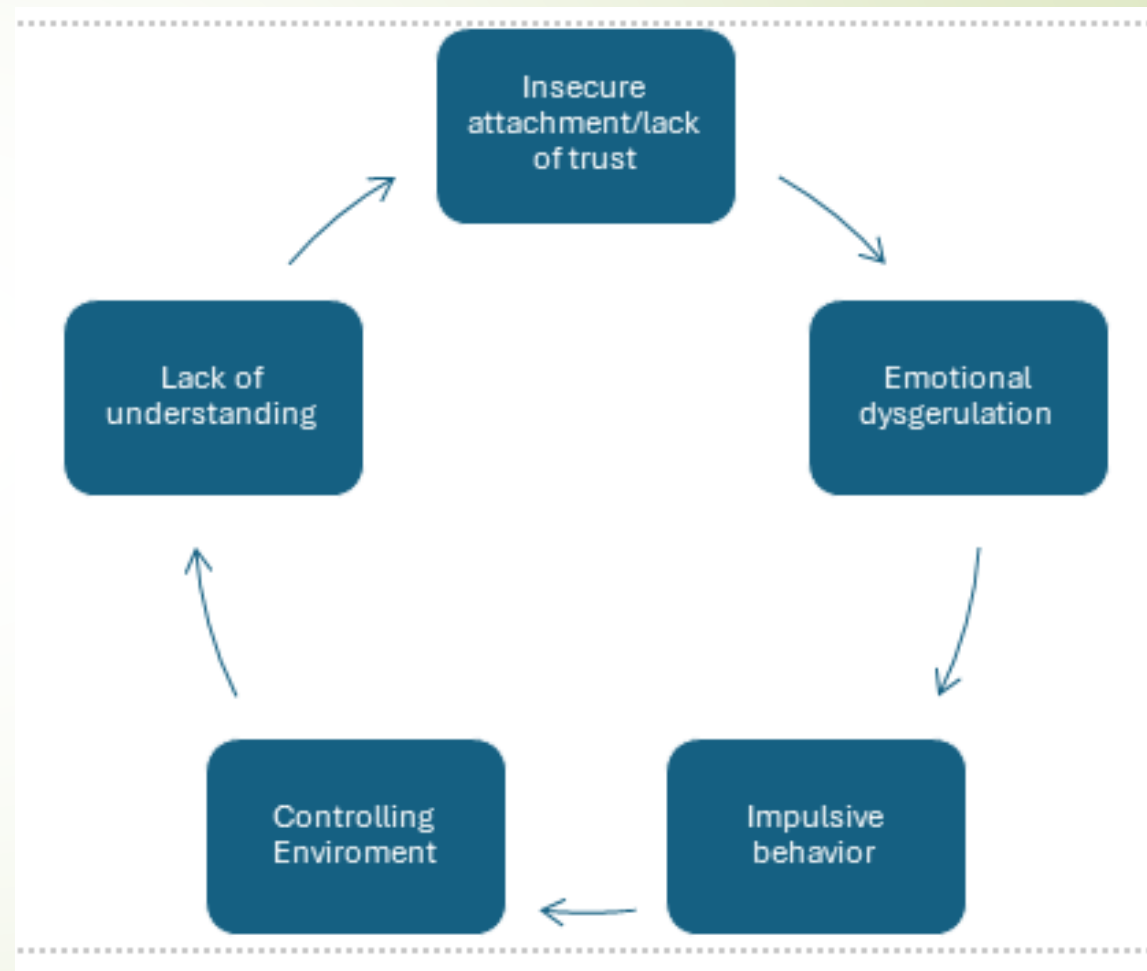


Sammen med andre unge som man kan spejle sig i



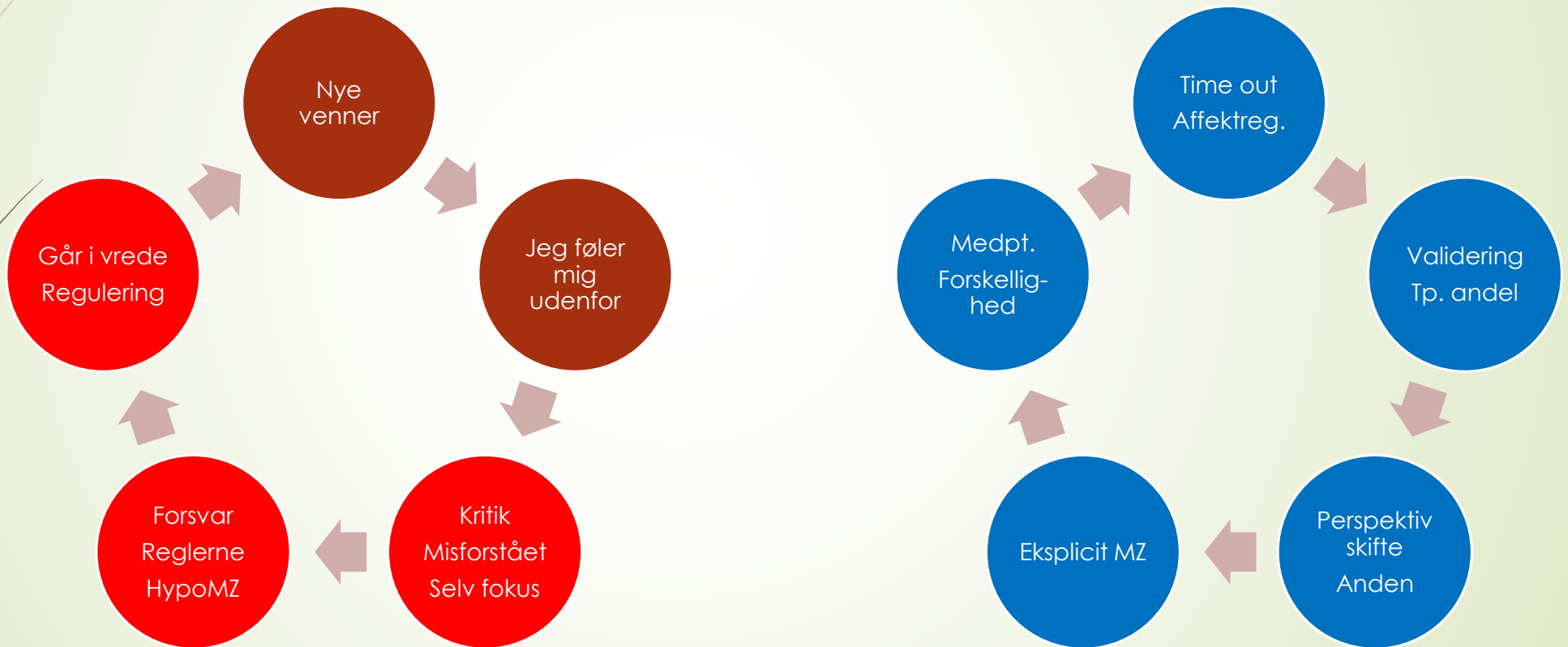
# Præsentation af patienten

- 16 årig pige
- Først udredt med ADHD 13 år
- Misbrug cannabis og alkohol
- Selvskade og selvmordstanker
- Uønsket gravid
- Smidt ud af skolen pga misbrug x2
- Borderline PF 16 år
- Udadvendt, energisk, impulsiv, social og meget talende
- Hypo- og hyper-Mentalisering



# Gruppe, ungdom og krise

- at høre til og tænke på den anden



# Afsløring om vold i hjemmet - Tavshedspligten?

## Nellys afsløring i gruppen

- Fortæller om tidligere og nuværende fysisk vold fra far, nedtoner alvoren: "Det sker ikke så tit"

## Terapeuternes dilemma

- Hvor alvorligt er situationen?
- Skal det håndteres terapeutisk eller underrettes? Dansk lov: pligt til at underrette ved vold i hjemmet

## Terapeuternes frygt

- At skade alliancen med Nelly
- At gøre situationen værre for hende
- At miste hende fra behandlingen

Eksempel på dialog i gruppen:

**Terapeut:** "Vi ved, at det her er en svær situation for dig, og det er også et stort dilemma for os. Vi frygter, at du måske vil stoppe i terapi, men på den anden side er vi forpligtet ved lov til at underrette om vold. Vi håber, du bliver, så vi kan arbejde med det sammen. Hvad siger du – kan vi tale om, hvordan det her påvirker dig?"

**Nelly:** "Jeg er bare bange for, hvad der vil ske, og jeg tror ikke, det hjælper. Det vil gøre min far virkelig vred."

# Afsløring om vold i hjemmet - Håndtering, støtte og reparation

## Handlinger – We-mode

- Drøftes i fælleskab i teamet og til supervision
- Lovpligtig underretning sendt
- Socialrådgiver tager kontakt til forældre for at beskytte terapeuternes neutralitet
- Individuel terapeut støtter Nelly uden for konflikten
- Gruppeterapeuter anerkender tillidsbruddet, validere Nellys følelser, deler egen tvivl, forklarer proceduren og lovgivningen tydeligt så rammer og intention er omsorgsfuld og tydelig (transparente), arbejder med relationen her- og nu.

## Gruppens rolle

- Støtter Nelly
- Ser begge sider af dilemmaet
- Hjælper med at bevare tillid til terapeuterne

## Udvikling efter krisen

- Nelly møder op igen
- Faren reagerer bedre end forventet og tager ansvar
- Terapeuter anerkender hendes pres, lettelse og mistillid
- Nelly fortsætter i gruppen – far starter i behandling

**Kernepointe** Krise → reparation → styrket mentalisering og bevaret alliance



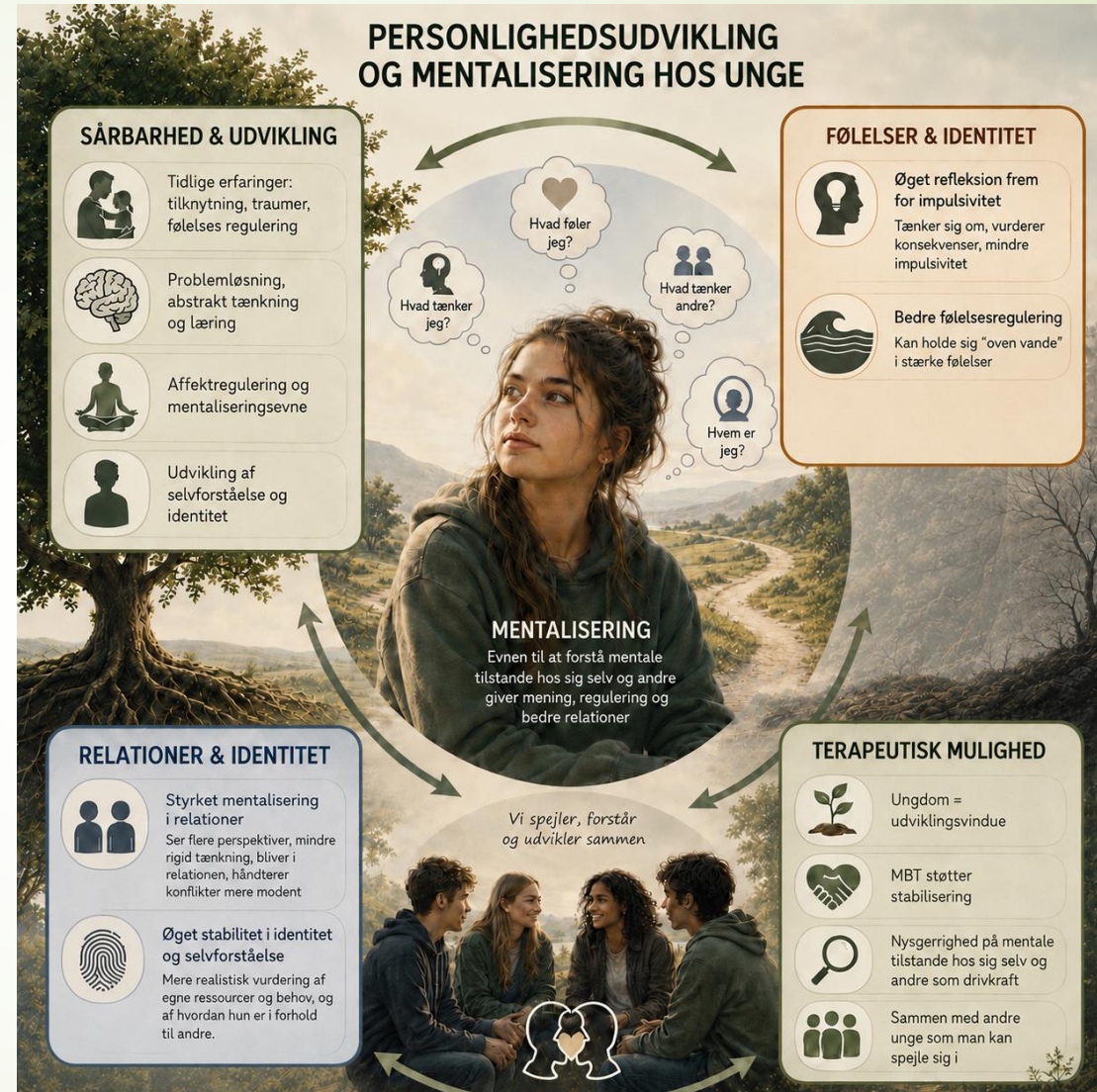
# Kæreste og identitetskrise

- ▶ Pt. med BPD er kendt for at miste sig selv i nære relationer og derved også miste mentaliseringsevnen
- ▶ Nelly vil lave sig selv om for en fyr hun er forelsket i og er meget optaget af hvordan han ønsker hun skal være.
- ▶ I Gruppen vækker dette tema stor genkendelse, men ved at se situationen udefra kan medpt.er byde ind med mere rationelle overvejelser
  - ▶ Validering + nye perspektiver
- ▶ Nelly er i en tilstand af hyper-mentalisering præget af stort fokus på den andens tanker og egen mentalisering er forstyrret af stærke følelser.
- ▶ Der arbejdes med at skift på akserne:
  - ▶ Anden til selv
  - ▶ Ydre bekræftelse til indre fokus
  - ▶ Aktivering af tanker som supplement til følelser
  - ▶ Automatisk MZ erstattes af refleksion (eksplicit).

# Afslutning af gruppeforløb – Nellys udvikling

► Nelly reflekterede over, at hun havde opnået betydelig forståelse for sig selv, og sammenfattede dette gennem en metafor:

“At have en personlighedsforstyrrelse er som at være ude på havet i dybt vand. Du er nødt til at blive ved med at svømme og kæmpe konstant. Hvis du stopper, risikerer du at gå under. Men der er håb: hvis du bliver ved med at svømme, kan du til sidst nå ind på lavt vand.”





# Afrunding og perspektivering

- MBT-G retter sig mod de centrale problemer i ungdom og PF
- Gruppens struktur indrammer kaos og støtter de stille pt.er
  - Rummer ko-morbiditet
- Gruppe + individuelle sessioner styrker konfliktløsning og skaber øvebane for mentalisering
- Epistemisk tillid fremmer at give og tage imod i gruppen
  - Viden bliver vurderet som relevant og troværdig, når en anden ung giver den



# Afrunding og perspektiver

- Tilbage til start, Er gruppe godt for unge med Personlighedsforstyrrelse?
- Hvad skal der til for at gruppe fungerer?
- Forskelle fra RCT
  - Frivillighed (motivation)
  - 6 mdr. (mindre belastning)
  - Lukket gruppe (Tryghed)
  - Mindre gruppe 5(4) medl. (Tid)
  - Gruppe + individuel
- Udvalgelse/pt. karakteristika?
  - Lav RFQ er eneste signifikante prediktor for drop-out (Jørgensen 2021)
- Hvad er jeres erfaringer med gruppe til unge??



# Tak for opmærksomheden

[Mentalization-Based Group Therapy for Personality](#)

[Disorder in Adolescence: A Single Case Study](#)

<https://doi.org/10.1002/jclp.700>

[Kaspyn@rm.dk](mailto:Kaspyn@rm.dk) og [kontakt@kathrinenikolajsen.dk](mailto:kontakt@kathrinenikolajsen.dk)