

MBT i Huddinge

- 1,5 år
- Individualterapi, 1 timme/vecka
- Gruppterapi i liten grupp, 1,5 timmar/vecka
- Psykoedukationsgrupp, 1 timme/vecka, 9 gånger
- Läkemedelsöversikt
- Regelbundna vårdplaneringsmöten
- Reflekterande team
- Möjlighet till telefonkontakt
- Inläggning vid behov
- Uppföljning

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Varför utredning?

- Presentera behandlingen
- Ge patienten möjlighet att ta ställning till behandlingen
- Passar patienten hos oss?
- Kartläggning - hjälp i det kliniska arbetet
- Forskning
- Anknytning

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Individualterapi

- Aktiv terapeut
- Möjlighet att reflektera kring vad som händer i grupperna
- Stöd att våga ta upp svåra saker i grupperna

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Gruppterapi

- 6-8 patienter + 2 terapeuter
- Aktiva terapeuter
- Att överleva i en grupp
- Att se likheter och skillnader
- Att få stöd från andra
- Att stödja andra

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Psykoedukationsgrupp

- 9 tillfällen
- Inleds med "föreläsningar" om mentalisering och agentskap
- Information om diagnos Borderline personlighetsstörning
- Praktiska övningar
- Rollspel av teammedlemmar

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Psykopedagogisk grupp

Beskriv en situation

Tänk på en situation i en relation, som du har eller har haft med någon. Beskriv denna situation "till det yttre", vad som hände, vad du och han/hon sa.

De andra ska sedan fundera på dels vad du kan ha upplevt för känslor som ledde till det du sa och gjorde, dels vad den andre kan ha upplevt.

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Viktigt under hela behandlingen

- Tydliga konsekventa ramar och regler
- Flexibilitet och lyhördhet
- Tydlighet och öppenhet med hur vi tänker om patienterna, borderline, behandlingen osv
- Tillgänglighet
- Hjälpa i kontakter med t.ex. försäkringskassan

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Att ge terapeuterna möjlighet att mentalisera

- Hela teamet är engagerat i alla patienter och vet vad som händer med alla patienter
- Täta teamdiskussioner, bl.a. efter alla grupptillfällen
- Alla större behandlingsbeslut tas av hela teamet
- Två terapeuter i varje grupp
- Handledning

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Varför behövs ett mentaliserande team?

- För att arbeta tillsammans med patienterna - "våra" patienter, inte "dina" eller "mina"
- Orka möta och arbeta med personer med mycket starka känslor, ofta med pågående självskada och flera självmordsförsök i sin historia
- Utgöra ett "vi" för att kunna gå emot en icke-mentaliserande hållning

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Vad behöver vi för att vara ett mentaliserande team?

- En teammoral som ger trygghet som gör det möjligt att bibehålla vår egen mentaliseringsförmåga
- Att vi lever som vi lär och alltid har en mentaliserande hållning i fokus i arbetet med våra relationer med varandra och då vi diskuterar patienter
- Utrymme i schemat och handledning för att kunna integrera känslor och tankar, för att förstå varandras perspektiv och tillsammans arbeta fram strategier för hur vi ska gå vidare i såväl individual- som gruppterapi
- Handledning för att arbeta enligt modellen och för att upprätthålla teammoralen

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge

Struktur för MBT-behandling

Förlopp

- Initial fas
 - Engagemang i behandling
- Mellanfas
 - Hårt arbete
 - Upprätthålla terapeutisk allians
 - Reparera alliansbrott
 - Hantera motöverföring
 - Integration av individual- och gruppterapeuternas perspektiv
- Slutfas
 - Slutsatser av behandling
 - Upprätthålla mentalisering
 - Stimulera till sysselsättning/arbete

Innehåll

- Utredning och bedömning
- Diagnos
- Psykoedukation
- Social stabilisering
- Medicinsk översikt
- Formulering
- Krisplan
- Upprätthålla teammoralen
- Arbete i individual- och gruppterapi
- Specifika psykoterapeutiska tekniker
- Arbete med terapiavslut
- Förebygga återfall

Anna Sten - MBT-teamet Huddinge