

Kortdurende behandeling Jezelf de baas met MBT-early voor jongeren

■ Jongeren die de grip kwijt zijn

Sommige jongeren hebben het erg moeilijk met zichzelf of met hun omgeving. Ze begrijpen zichzelf niet meer en voelen zich onbegrepen door hun omgeving. Het lukt hen soms niet meer om naar school te gaan. Hun ouders/verzorgers, leraren en begeleiders op school maken zich zorgen.

MBT-early is bedoeld voor jongeren van 12 tot 18 jaar met trekken van een borderline persoonlijkheidsstoornis of beginnende uitingen ervan. Deze problemen worden doorgaans gekenmerkt door de volgende probleemgebieden:

Emoties: De jongere is de grip op zijn/haar emoties kwijt. Deze jongeren kunnen soms erg sterk ('overdreven') reageren op ogenschijnlijk kleine dingen. Ze begrijpen vaak niet goed wat ze voelen of waarom ze sommige emoties zo sterk voelen, terwijl ze op andere momenten weinig of niets voelen. Ook voelen heel wat van deze jongeren zich suïcidaal.

Gedrag: De jongere is de grip op zijn/haar gedrag kwijt. Deze jongeren reageren impulsief, nemen plotselinge be-

sluiten zonder de gevolgen ervan te overzien of reageren hun emoties af op zichzelf of anderen. Soms verwonden deze jongeren zichzelf om hun emoties te hanteren of gebruiken ze alcohol of drugs (destructief gedrag).

Zelfbeeld en identiteit: De jongere is de grip op zichzelf kwijt. Deze jongeren weten niet (meer) goed wie ze zijn, zijn onzeker over zichzelf en kunnen vaak erg zelfverwijtend zijn. Ze zitten niet goed in hun vel.

Relaties: Deze jongeren zijn de grip op hun relaties kwijt, zowel met ouders als vrienden. Vriendschappen zijn ingewikkeld. Ze zijn vaak erg gevoelig, gaan snel van alles invullen bij de ander en staan vaak wantrouwend tegenover anderen.

Deze probleemgebieden kunnen zich in het leven van de jongere op verschillende manieren uiten:

- moeite om naar school te gaan
- somberheid en zich terugtrekken
- agressie en ruzies thuis en op straat
- laag zelfbeeld

■ Tijdig specialistisch ingrijpen is belangrijk

Wanneer de ontwikkeling van de borderline persoonlijkheidsproblematiek tijdig onderkend wordt en er gepast geïntervenieerd kan worden op de persoonlijkheidsproblemen, kan voorkomen worden dat jongeren en hun omgeving in een negatieve spiraal terecht komen. Door snel specialistisch in te grijpen kunnen de gevolgen van de persoonlijkheidsproblematiek ingeperkt worden en schadelijke gevolgen voorkomen worden.



Als tijdig specialistisch wordt ingegrepen blijven de gevolgen beperkt en is de kans groot dat de jongere zich weer gezond verder kan ontwikkelen.

MBT-early is een behandelprogramma dat zo vroeg mogelijk in de ontwikkeling van ernstige problemen probeert in te grijpen. Zo wordt voorkomen dat problemen erger worden en uiteindelijk misschien chronisch worden. Voor jongeren die al jarenlang zeer ernstige problemen vertonen, heeft de Viersprong een ander behandel aanbod.

■ Wat is MBT-early?

MBT is de afkorting van Mentalization Based Treatment. Deze behandeling, die bewezen effectief is, is afkomstig uit Engeland. MBT-early gaat ervan uit dat jongeren en hun gezinnen vaak een enorme veerkracht hebben, maar dat ze soms wel op de goede weg gezet moeten worden. Niet alle veranderingen hoeven plaats te vinden tijdens de behandeling. Daarom is MBT-early een kortdurende behandeling die bestaat uit 16 tot 22 sessies die wekelijks plaatsvinden in een periode van 4 tot 6 maanden. Die sessies zijn bedoeld om de problemen goed in kaart te krijgen en een begin te maken in de verandering.

De meeste sessies zijn alleen met de jongere, in sommige sessies worden ook ouders uitgenodigd. Het belangrijkste onderdeel van de behandeling wordt gevormd door psychotherapie. De behandelaar zal met de jongere (en het gezin) op zoek gaan naar de kern van de problemen. Hij/zij zal daar in de eerste sessies samen met hen een hypothese over formuleren. In de daaropvolgende sessies zal rond die focus gewerkt worden. Doorgaans heeft die focus te maken met pijnlijke emoties, die de jongere onvoldoende begrijpt. Stapsgewijs zal de jongere zijn eigen emoties en gedachten en die van anderen beter begrijpen. Dat noemen we mentaliseren. Door de behandeling heen zal de jongere steeds beter leren mentaliseren over de

pijnlijke emoties en gedachten die verbonden zijn met de problemen waarvoor hij of zij zich aangemeld heeft.

Verder zal de behandelaar ook optreden als case manager. Dat betekent dat hij of zij ook actief samenwerking zoekt met school of andere hulpverlenende instanties, wanneer dat nuttig kan zijn om de behandeling te ondersteunen. De belangrijkste motor voor verandering is dat de jongere en het gezin hetgeen ze geleerd en ervaren hebben in de behandeling, in de dagelijkse praktijk gaan toepassen.

■ En wat erna?

Binnen onze behandelingen hechten we veel waarde aan een optimale behandelduur. In beginsel duurt de intensieve fase van de MBT-early behandeling 16 weken (wekelijkse behandeling), gevolgd door een follow-up periode van 6 maanden met laag-frequente opvolging. We moedigen de jongeren wel sterk aan om toe te passen wat ze geleerd en ervaren hebben en niet te snel de hulp van een behandelaar in te roepen, ten einde hun vertrouwen en zelfredzaamheid te vergroten. Mocht het nodig zijn, dan is de behandelaar wel bereikbaar. De maximale behandelduur van dit traject is 12 maanden. Afwijkingen van dit traject zowel vroegtijdig stoppen van de behandeling, herindicatie of verlenging worden bepaald op basis van de evaluatie van behandel-effectiviteit aan de hand van de Routine Outcome Measurement (ROM) en in overleg met de jongere en het gezin.

■ Aanmelden

Jongeren en ouders kunnen zich aanmelden voor deze behandeling bij de Viersprong. Wel is een verwijfsbrief van huisarts of verwijzer nodig. Meer informatie over aanmelden vindt u op de website www.deviersprong.nl.