



Een preventieve behandeling om problemen in de gehechtheid tussen ouder en kind (0 tot en met 4 jaar) te voorkomen

MBT-Parents

locatie Bergen op Zoom

Hechting tussen ouder en kind: MBT-Parents helpt om dit te stimuleren

Ben jij een (jonge) ouder met persoonlijkheidsproblematiek (borderline problematiek, angstig, vermijdend,...) of verwacht je een kindje? Aan jou en je kindje bieden we MBT-Parents. MBT-Parents is een preventieve behandeling voor ouders vanaf 16 jaar en hun kindje van 0-4 jaar. Deze behandeling heeft als doel problemen in de gehechtheid bij het kind te voorkomen.

■ **Het belang van een veilige gehechtheid**

Er blijkt een verband te zijn tussen hoe iemand vroeger gehecht is geweest aan de ouders/verzorgers en het ontwikkelen van problemen op latere leeftijd. Je kunt hierbij denken aan problemen met betrekking tot het aangaan van relaties en sociale contacten, het kunnen omgaan met emoties, het ontwikkelen van zelfvertrouwen en/of een stabiel zelfbeeld.

Wanneer een kind zich veilig kan hechten aan de ouder(s) dan is de kans op het ontwikkelen van problemen op latere leeftijd kleiner. Als je als ouder problemen hebt (angst, somberheid, woedeaanvallen, verslaving,...) of als je merkt dat je het moeilijk vindt om je te hechten aan je kindje, kan dit van invloed zijn op het contact met je kindje en de band met hem of haar. Ook als je kindje overmatig huilt, moeite heeft met eten en/of slapen, kan dit van invloed zijn op de band en hechting tussen jou en hem/haar. Om problemen op latere leeftijd te voorkomen en een veilige gehechtheid te stimuleren biedt de Viersprong MBT-Parents (MBT-P).

■ **Wat leer je in MBT-Parents?**

MBT is de afkorting van Mentalization Based Treatment. Mentaliseren betekent het begrijpen van jouw en anderen gevoelens, gedachten en gedrag. Deze behandeling, die bewezen effectief is, is afkomstig uit Engeland. MBT-P, waarbij 'P' staat voor Parent, richt zich op de



Ervaring van een ouder

'Ik was onzeker en dacht dat anderen veel beter voor mijn dochtertje konden zorgen. Zeker als ze huilde of niet kon slapen. Nu weet ik dat ik het zelf ook kan, ook al duurt het soms even voordat ze rustig wordt.'

interactie tussen jou en je kindje. Het leert je stil te staan bij jouw eigen gevoelens en gedrag en wat dit betekent voor het contact met je kindje. Je leert ook stil te staan bij de gevoelens en behoeften van jouw kindje en hoe je hier het best op af kunt stemmen en reageren.

MBT-P is een ambulante behandeling bij de Viersprong in Bergen op Zoom. De gesprekken met de MBT-therapeut vinden gemiddeld 1 keer per 2 weken plaats en je brengt je kindje(s) hierbij mee.

MBT-P wordt aangeboden als losstaande behandeling of kan gekoppeld zijn aan een andere behandeling binnen de Viersprong.

■ Aanmelden

Je kunt je kindje aanmelden via de website van de Viersprong. Voor aanmelding is een verwijsbrief nodig (zie voorwaarden op de website). Indien je nog in verwachting bent, meld dan jezelf aan. Eveneens met een geldige verwijsbrief.