

“Det var länge sedan du pratade om gruppen. Hur kan vi förstå det?”

Mentalisering är den mentala process genom vilken en individ tolkar sina egna och andras handlingar som begripliga och meningsfulla baserat på mentala tillstånd. Personer med personlighetssyndrom har vanligtvis svårt att ta till sig kunskap genom social interaktion, vilket ofta leder till en upplevelse av att vara isolerad och oförstådd. Detta är en konsekvens av en svag mentaliseringsförmåga, eftersom mentalisering är nyckeln till att lära sig av andra i sociala situationer. Mentaliseringsbaserad terapi (MBT) är en behandlingsmodell som kombinerar individual- och gruppterapi. Målet med gruppterapi är att skapa en mentaliserande process mellan alla gruppdeltagare kring det som tas upp i gruppen. Gruppen är ofta den del av behandlingen som utmanar mentaliseringsförmågan allra mest i och med att både ens eget och flera andras inre måste vara i åtanke samtidigt. Individualterapeuten förutsätts att stimulera utforskande av patientens erfarenheter från gruppterapi, men också bidra till att integrera material från gruppterapi så att behandlingen hänger samman. Det är inte ovanligt att det initialt finns ett visst motstånd hos patienter till att börja gruppterapi, men vanligtvis blir gruppen allt viktigare för patienten ju längre behandlingen pågår. Utifrån kliniska erfarenheter och vinjetter skildras hur grupp- och individualterapi går till och hur kombinationen av grupp- och individualterapi berikar förståelsen av patienter med en komplex problematik.

Verksamma i MBT-teamet, Beroendecentrum Stockholm.

Balint Karpati, leg. psykolog, e-post: balint.karpati@sll.se

Eva Sjölander, familjeterapeut & leg. psykoterapeut, e-post: eva.sjolander@sll.se

Fredrik Tysklind, leg. psykolog & leg. psykoterapeut, e-post: fredrik.tysklind@sll.se

“Let’s talk why you haven’t talked about the group lately?”

Mentalization-based treatment (MBT) combines individual and group therapy. Mentalization is the psychological process by which an individual interprets his or her, or others’, actions as meaningful on the basis of mental states. In group therapy, you strive to create a mentalizing process in which each of the group members is able to reflect on whatever is being addressed in the group. The group is very often the part of the treatment that most vividly challenges the ability to mentalize. It is challenging because the patient’s own mental state and the group members’ mental states must be kept in mind simultaneously. The individual sessions stimulate the exploration of the patient’s experiences from the group. Furthermore, the individual sessions makes it possible to integrate the group’s findings so that the treatment is joined together in one unity. It is not uncommon for patients to refuse to acknowledge the group, but at the same time, it is also common for the group to become ever so important for the patient in his or her on-going treatment. We will talk about how the group and individual treatments are coordinated, and how this combination makes it easier to understand patients with a complex psychiatric disorder based on clinical vignettes.

The speakers all work in the MBT-team at the Stockholm Center for Substance abuse. The seminar will be held in Swedish.

Balint Karpati, licensed psychologist, MSc in Psychology

Eva Sjölander, licensed psychotherapist

Fredrik Tysklind, licensed psychologist, MSc in Psychology & licensed psychotherapist