



# Mentalization-Based Treatment (MBT)

für Patienten mit schweren (Borderline-) Persönlichkeitsstörungen und  
chronifizierten Traumafolgen

## Einführungsvortrag in den Kurstag MBT Handout

Thomas Bolm

Klinik für Psychosomatische Medizin  
und Fachpsychotherapie  
Fachklinik Christophsbad, Göppingen



Ev. Krankenhaus Bergisch-Gladbach 30. August 2008



# Mentalisieren (1)

## Definition

**Äußerlich wahrnehmbares Verhalten  
im Zusammenhang mit inneren  
(mentalen) Zuständen und Vorgängen  
erleben und interpretieren**

Mentale Zustände: Bedürfnisse, Wünsche, Gefühle,  
Überzeugungen, Ziele, Absichten und Begründungen



# Mentalisieren (2)

## **Explizites oder implizites Wissen:**

- ✓ **Außenwahrnehmung**  
**von innerer Realität beeinflusst**
- ✓ **Mentale Zustände**  
**von äußerer Realität beeinflusst**
- ✓ **individuell und situativ**



# Mentalisieren (3)

**Interpretation der  
Wahrnehmung**

**nicht mehr teleologisch  
sondern intentional**



# Mentalisieren (4)

- ✓ Kohärentes Selbsterleben
- ✓ Identitätssicherheit
- ✓ Übergangsräume
- ✓ Täuschung und Irrtum
- ✓ Spielen mit Anderen
- ✓ Gemeinsame Konstruktion von Realität
- ✓ Spielen mit der Realität

# Mentalisierungsfähigkeit

<b>Gut</b>	<b>Beeinträchtigt</b>
■ Reflektierender Modus	■ Äquivalenz- und Als-Ob-Modus
■ Intentionale Haltung	■ Teleologische Haltung
■ Kohärentes (integriertes) Selbst	■ Fremdes Selbst, Dissoziation
■ Identitätssicherheit	■ Identitätsdiffusion
■ Spielen mit der Realität	■ überwältigende oder abgespaltene Realität



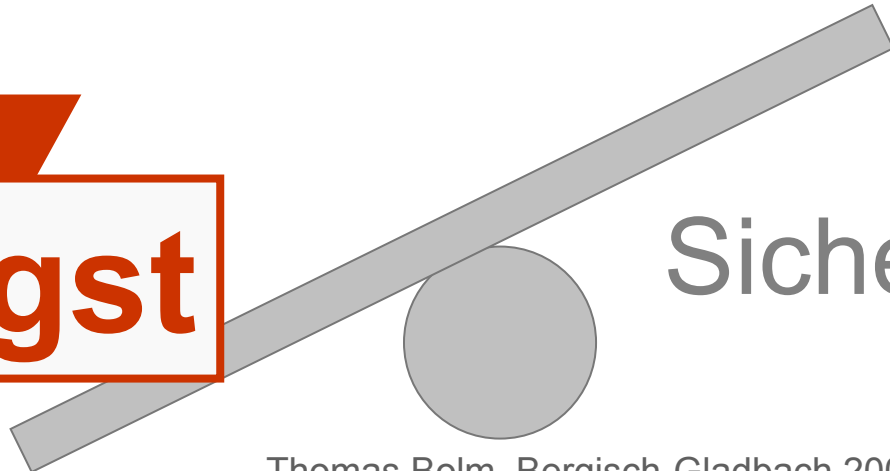
# Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit

**Bindungssystem  
aktiviert  
iAM !!!**

Explorations-  
system  
deaktiviert

**Angst**

Sicherheit↓





# Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit

**Explorationssystem  
aktiviert**

**iAM ?**

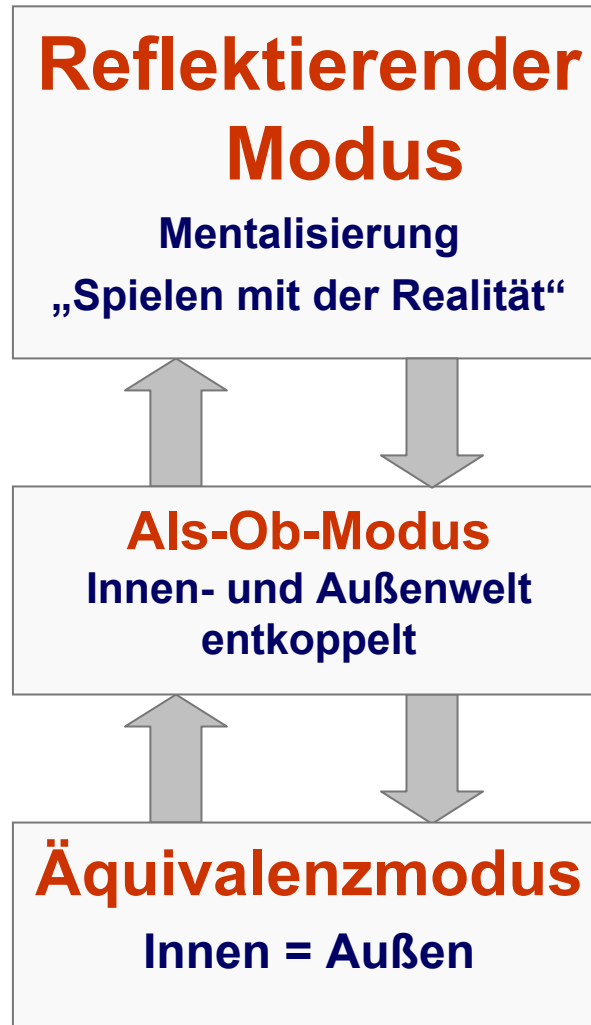
Bindungs-  
system  
deaktiviert

Angst↓



# Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit

**Wahrnehmung  
der  
Realität**  
(mentaler Status)

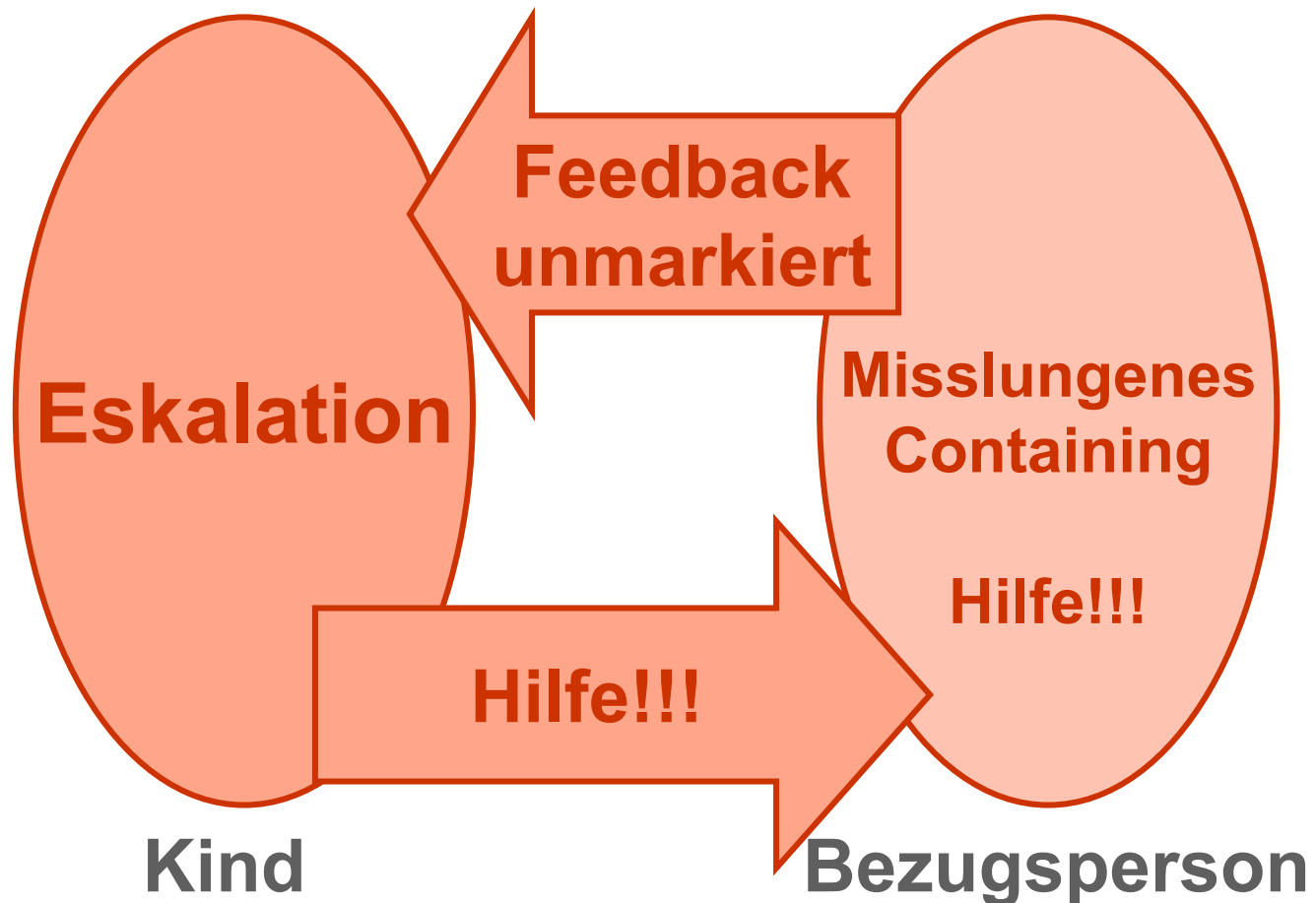


**Entwicklung:**  
1.- 5. Lebensjahr  
meist vorbewusst

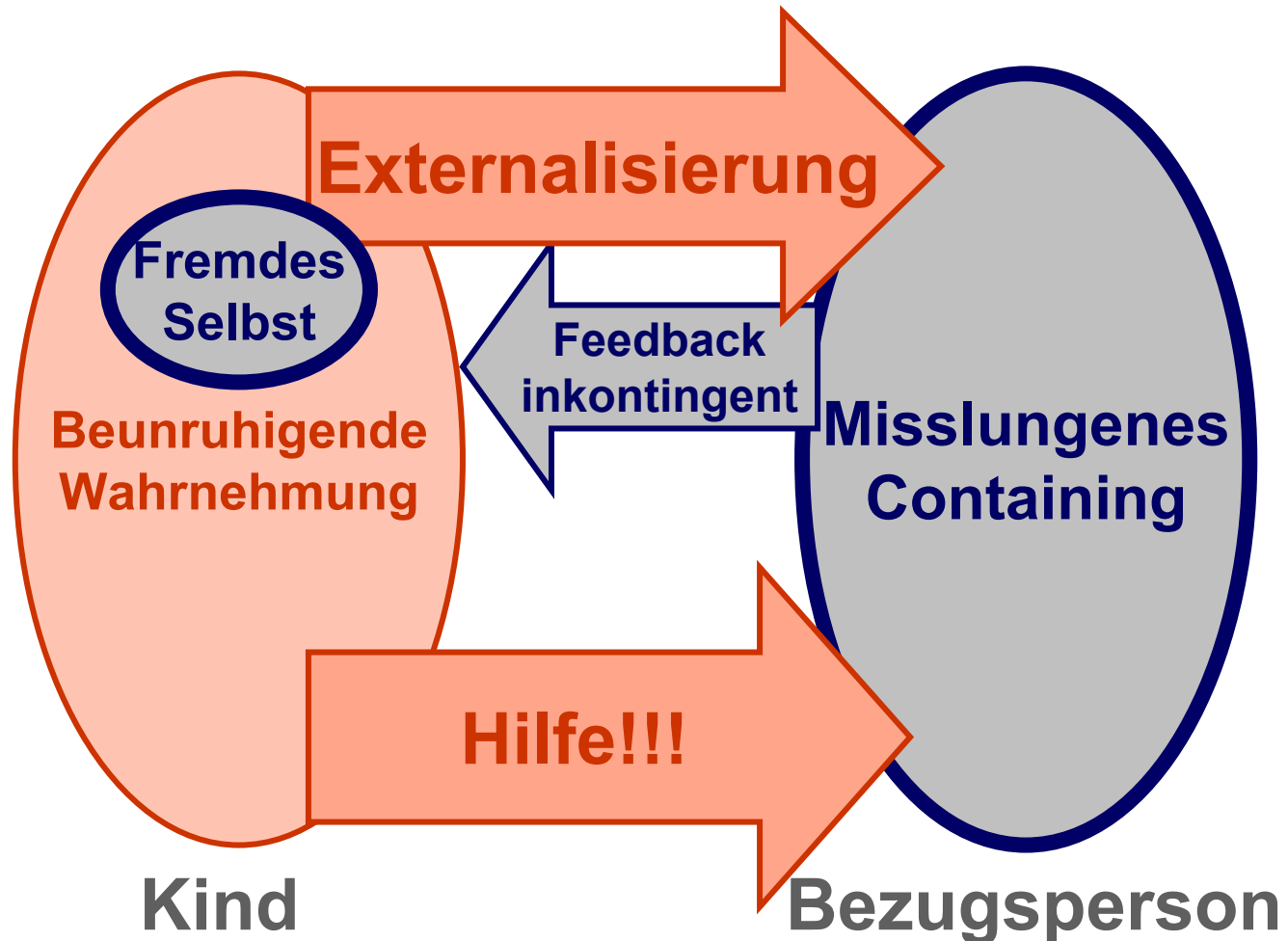
- ✓ Bindungssicherheit
- ✓ Affektabstimmung
- ✓ Feedback gelungen
- ✓ Mentalisierungsfähigkeit der prim. BP

**Modi lebenslang**

# Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit



# Entwicklung der Mentalisierungsfähigkeit





# Borderline-Welten

**BPS-Zentralkriterium DSM-IV:**

**Angst vor vermutetem  
oder tatsächlichem  
Verlassenwerden**

**BPS-Patienten im AAI:**

**75–100% unsicher-verstrickt  
davon 83 - 88% ungelöstes Tr.**

Fonagy et al. 1996, Patrick u. Hobson 1994

# Borderline-Welten

**Bindungs-  
TRAUMA**



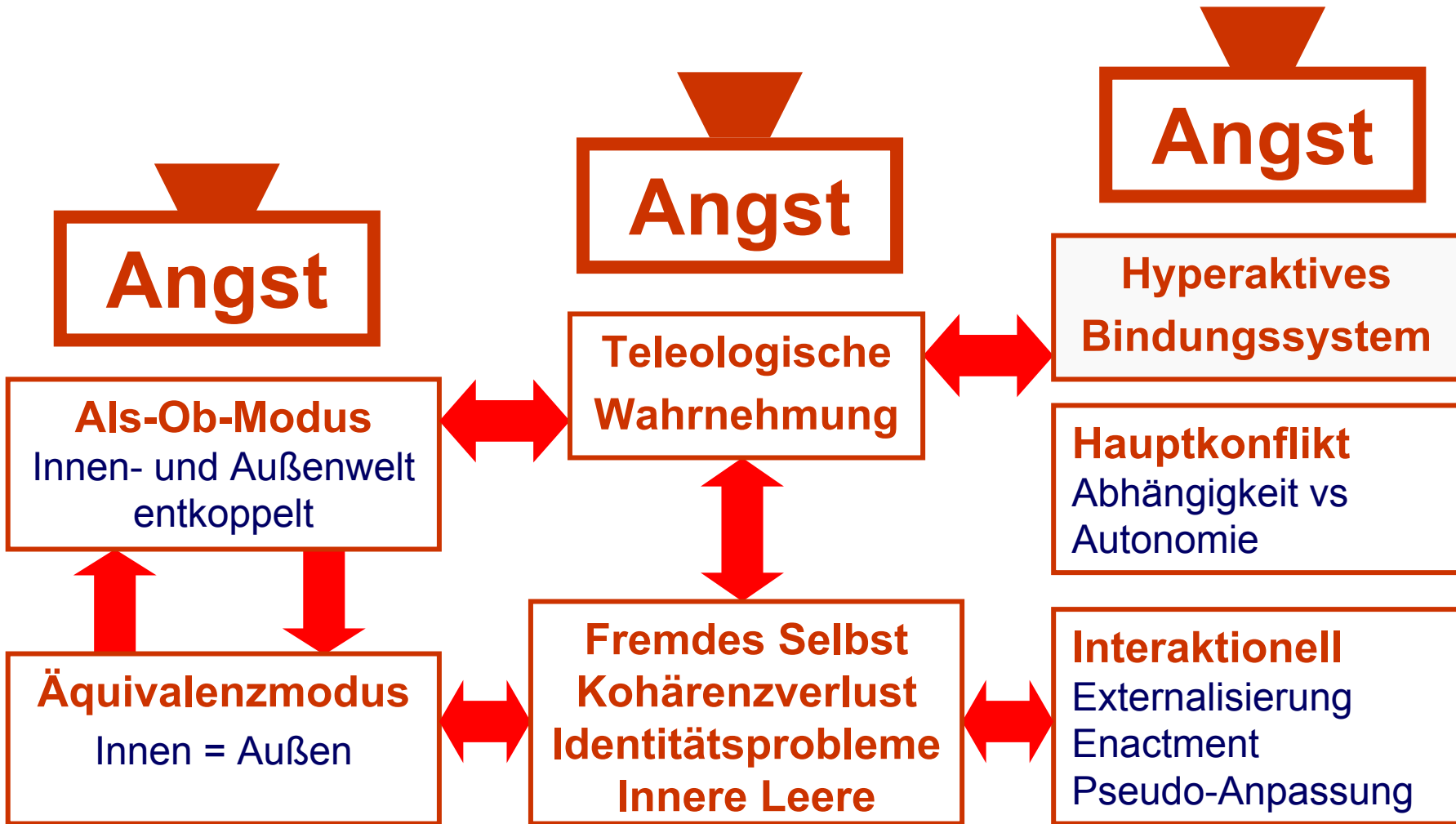
**Phys./sex.  
TRAUMA**



## **Mentalisierungsstörung**

- Äquivalenzmodus
- Als-Ob-Modus
- Teleologische Weltsicht
- Fremdes Selbst

# Borderline-Welten





# Mentalisierung und Psychotherapie

*„We propose boldly that mentalizing  
– attending to mental states in oneself and others –  
is  
**the most fundamental common factor**  
among  
psychotherapeutic treatments.“*

(Allen et al. 2008)



# Mentalisierung und Psychotherapie

*„Skillful mentalizing alone  
does not solve problems  
or resolve disorders*

***but rather enhances  
participants´ abilities  
to do so.“***

(Williams et al. 2006)



# Mentalisierung und Psychotherapie

*„We consider  
our focus on mentalizing  
**to be a refinement  
rather than an innovation.**“*

(Allen et al. 2008)



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

## Zielgruppe:

Patienten mit Borderline- / komplexen  
Persönlichkeitsstörungen

- oft traumatisiert
- i.d.R. komorbid
- im Versorgungskontext



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

- Bindungsorientiert
- Psychodynamisch-integrativ
- Team- / gruppenorientiert
- Multimodal
- Manualisiert

Bateman u. Fonagy (2004, 2006)



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

**Londoner MBT-Studie1 (RCT):** 18-Monate Tagesklinik vs TAU (Bateman u. Fonagy 1999), FU nach 18-Monaten Nachsorge (Bateman u. Fonagy 2001, 2003)

**Cochrane Collaboration:** MBT empfohlen für BPS-Behandlung (Binks et al. 2006)

**FU Studie1 (RCT)** n. 8 Jahren (Bateman u. Fonagy 2008)

**Viersprong MBT-Studie:** 18-Monate Tagesklinik (Bales and Verheul 2007)

**Londoner MBT-Studie2 (RCT):** Ambulantes Intensivprogramm (Bateman u. Fonagy, 2007)

**Leuven-Studie:** 1 Jahr Spezialstation + 1Jahr FU (Vermote et al. 2006)

**Göppinger MBT-Pilotstudie:** 3 Monate Spezialstation (Bolm et al. 2006, 2007)

**➔ Evidenzlevel 1 b**



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

## Allgemeine Behandlungsstrategien

- Hyperaktives Bindungssystem deaktivieren
- Explorationssystem aktivieren
- Identitätsentwicklung fördern
- Mentalisierungsfähigkeit fördern



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

## Therapeutische Grundhaltung

**Irrtümer kommen vor,  
Deshalb gemeinsam besser Mentalisieren!**

- Nichtwissende Neugier
- Exploration vor Einsicht
- Prozess vor Inhalt
- Pluralität vor Objektivität
- Unterbrechung und Wiederherstellung



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

Diese

Haltung und Strategien

prägen

**Strukturen und Prozesse**

während der Therapie!



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

## Therapie- organisation

- Rahmen  
klar,  
sicher,  
konsistent,  
transparent
- Systemkontext,  
Versorgungsketten
- „Brüche“ reparabel



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

## Vorbereitung

- Aufklärung = gemeinsam verhandelte Realität
- Gemeinsam verhandelte hierarchisierte Ziele
- Gemeinsame Absichten statt rigide Verträge



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

## Therapiemethoden

- Therapeutische Beziehung zentral
- Flexible ich-stützende Aktivität (zB Umgang mit Affekten)
- Pluralität fördernde Methodik (Gruppe/Team/System)
- Methodenpluralität (verbal, nonverbal, übend, reflexiv)
- Settingübergreifende Angebote



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

## Interventionsprinzipien

- Neugierig bleiben („Prinzip Frage“)
- Selektive Authentizität („Prinzip Antwort“)
- Feedback kontingent u. markiert („Prinzip Container“)
- (Sub-)normal bleiben, Alltagssprache („Prinzip Columbo“)



# Mentalization-Based Treatment (MBT)

## Interventionen bewusstseinsnah

- An Interaktion im „Hier und Jetzt“ orientieren
- Brüche suchen u. Verbindungen schaffen
- Stoppen (- Zurückgehen) – Explorieren
- Exploration „von der Oberfläche aus“
- Balance von Außen- u. Innensicht
- Kein exzessives Assoziieren



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

## Zurückhaltung mit Deutungen

- Keine Interpretationshoheit des Therapeuten
- Gemeinsame Konstruktion von Realität
- Keine Priorität von Deuten als Methode
- Gemeinsam Fragen – Antworten – (Er-)Klären – Deuten  
u.v.a.m. ...



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

## Umgang mit Übertragung

- Ü.-Tracer/-Marker benutzen
- externalisiertes „fremdes Selbst“ nicht zurückweisen
- stattdessen Ü-Auslöser erfragen und...
- Ü. validieren (momentane Realität des Pat.)
- Ü.-Arbeit im Dienste von Pluralität und Mentalisieren



# Mentalization–Based Treatment (MBT)

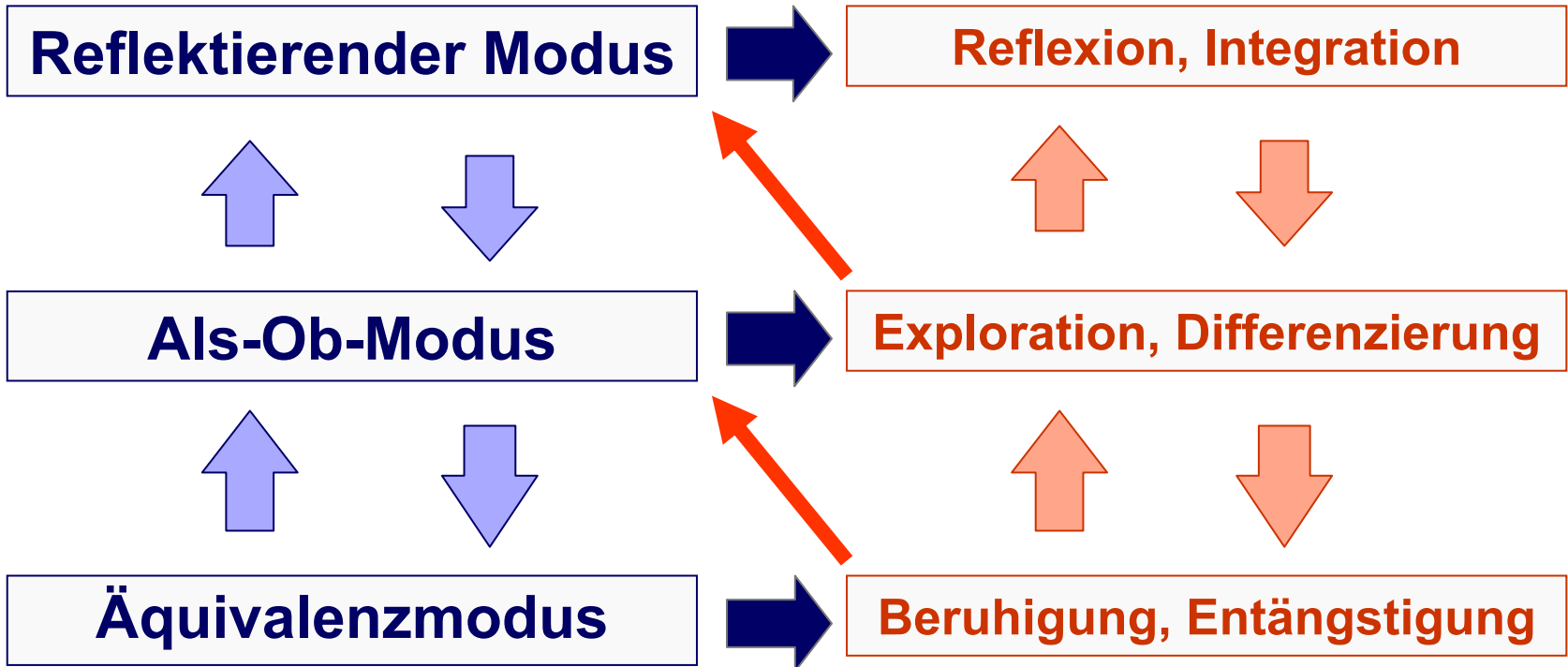
Der Schlüssel  
zu einer konstruktiven Entwicklung  
sind gezielte Interventionen,  
die das unmittelbare Mentalisieren  
im Hier und Jetzt fördern.

# Mentalization-Based Treatment (MBT)

Realitätswahrnehmung

**Bindung**

Interventionen





# Gemeinsam besser Mentalisieren

→ **Spielerische Therapiekultur**



## MBT-Literatur:

Bateman A, Fonagy P (2004); dt. Übersetzung (2008): Psychotherapie der Borderline-Persönlichkeitsstörung. Ein mentalisierungsgestütztes Behandlungskonzept. Gießen; Psychosozial-Verlag.

Bolm T (2007): Mentalization-based Treatment (MBT). Eine wirksame Methode bei Borderline-Persönlichkeitsstörungen und chronifizierten Traumafolgerkrankungen. Psychotherapie im Dialog (PiD) 4: 336 – 341.

Bolm T (Anfang 2009): Mentalisierungsbasierte Therapie (MBT) – Praxisleitfaden für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik. Köln; Deutscher Ärzteverlag.

## MBT im Gruppensetting:

Bolm T (2007): Mentalization-based Treatment (MBT) in der Gruppentherapie schwerer Persönlichkeitsstörungen und Traumafolgerkrankungen. In Kokai J, Mattke D (Hg.): Entwicklungen in der klinischen Gruppenpsychotherapie. Opladen; Verlag Barbara Budrich: 69 - 79.

Bolm T (2008): Mentalisation-based Treatment (MBT) in der stationären und ambulanten Gruppenpsychotherapie. In Hirsch M (Hg.): Die Gruppe als Container. Göttingen; Vandenhoeck & Ruprecht: 144 – 167.



# Secure attachment and good mentalizing !

[thomas.bolm@christophsbad.de](mailto:thomas.bolm@christophsbad.de)  
[www.christophsbad.de](http://www.christophsbad.de)