



De ‘valse bloem van anorexia’

Spreekt jouw eetstoornis de waarheid over wie jij bent?

**GGZ Oost Brabant, hoogspecialistisch centrum voor
eetstoornissen, VGCT najaarscongres 2023**

Dr. Joyce Maas, Dr. Nynke Bodde, Drs./MSc. Suzanne Noldus

Inhoud workshop



1. Waarom deze workshop? Heb je er ook iets aan als je niet met eetstoornissen werkt? CC in een creatief jasje
2. Kennismaking
3. Even opfrissen: behandelmethodieken eetstoornissen
4. Waar staat MANTRA voor en wat zijn aangrijpingspunten voor behandeling
5. Korte uitleg over het MANTRA werkboek, de fases van behandeling en de daarop aansluitende therapeutenhandleiding van Annemarie van Elburg
6. De vertaling van de methodiek naar een deeltijd module voor AN (werkwijze en ervaringen).
7. Uitleg opbouw casus conceptualisatie (MANTRA giftige bloem)
8. Aan de slag! In subgroepen zelf een casus-conceptualisatie maken
9. Nabespreking plenair
10. Heilzame bloem, wat houdt mij gelukkig en gezond
11. Referenties

Waarom deze workshop? CC in een creatief jasje



- De vorm van de CC is uitnodigend/creatief, spreekt ook jong volwassenen aan (soms meer dan de traditionelere vormen zoals HT)
- De CC wordt in groepsvorm opgesteld en gepresenteerd
- De vorm van de CC helpt om ES meer te externaliseren zodat deze minder als egosyntoon wordt beleefd (bloem vs bloempot), wellicht ook inspirerend bij andere problematiek

Kennismaking



Kort rondje, ervaringen met de MANTRA methodiek?

- Joyce Maas, psycholoog, senior onderzoeker
- Nynke Bodde, klinisch psycholoog-psychotherapeut
- Suzanne Noldus, GZ-psycholoog



Binnen GGZOB bieden wij klinische, deeltijdbehandeling (voor AN, BN, BED en jeugd) en ambulante behandeling voor eetstoornissen aan.

Opfrissen: behandelmethodieken AN

- 3 behandelmethodieken voor AN (CBT-E, MANTRA, en de oorspronkelijk als controle-groep ontwikkelde behandeling SSCM).
- Uit recent onderzoek (3 meta-analyses) blijkt dat ze het alle 3 even goed (of even slecht doen))*. AN behandelingen hebben nog steeds te maken met veel drop-out en bescheiden herstelpercentages. Er is kortom nog veel onderzoek nodig naar behandelmethodieken.
- MANTRA is ontwikkeld als individuele behandelmethode en werd binnen ons centrum in de kliniek aangeboden. Veel positieve ervaringen van patiënten: wens ontstond om dit binnen de deeltijd programma's te verdiepen.

)* Murray et al.,2018; Solmi et al.,2021; van den Berg et al., 2019

In het kort: MANTRA theoretische achtergrond (1)

(Maudsley model of Anorexia Nervosa Treatment for Adults)



- The Maudsley model of Anorexia Nervosa Treatment for Adults (MANTRA) is een cognitief-interpersoonlijke behandeling voor anorexia nervosa (AN) die gebaseerd is op een model dat de instandhouding van anorexia verklaart.
- Het is een van de nieuwere ambulante behandelingen voor AN en is ontwikkeld door artsen en onderzoekers in het Maudsley Hospital in Londen. In Nederland is men momenteel (vanaf 2018) bezig met de implementatie van deze behandeling (Noordenbos & van Elburg, 2018) en ook wordt er verder onderzoek gedaan naar MANTRA in een groepssetting (Startup et al. (2021))

In het kort: MANTRA theoretische achtergrond (2)



- Bij het Hoogspecialistisch Centrum voor Eetstoornissen binnen GGZ Oost Brabant zijn er goede ervaringen met deze cognitief-interpersoonlijke benadering binnen een klinische behandelsetting. De methodiek is ontwikkeld als ambulante (individueel) behandelaanbod en telt 20 (BMI >15) tot 40 sessies (BMI <15) (Noordenbos & van Elburg, 2018).
- Gezien de ervaring en goede resultaten van ons centrum op het gebied van intensieve deeltijdbehandeling bij AN zijn wij een pilot gestart om deze behandeling te implementeren binnen de intensieve deeltijd groepsbehandeling voor AN (3 en 5-daagse deeltijd). Wetenschappelijk onderzoek naar de implementatie van MANTRA als groepstherapie loopt en de behandelevaواتies van cliënten zijn zeer positief

In het kort: MANTRA theoretische achtergrond (3)

- Is ontwikkeld als individuele behandeling voor (jong)volwassenen met AN en richt zich op factoren waarvan we denken dat ze de ES in stand houden:

I. Weinig flexibele, perfectionistische en angstige persoonlijkheidskenmerken

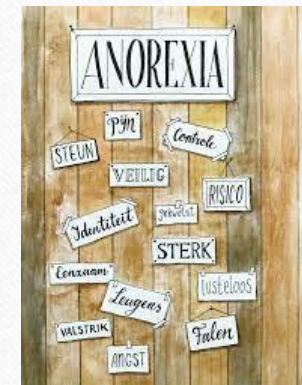
II. Disfunctionele overtuigingen en denkstijlen

III. Vermijden van emoties

IV. Identiteitsproblematiek

V. Interpersoonlijke problemen

- Al deze zaken komen in bod in een gezamenlijk therapeut/client werkboek in 10 hoofdstukken. Client is vrij om zelf de volgorde en tempo te bepalen. Boek is in nauwe samenwerking met cliënten ontstaan



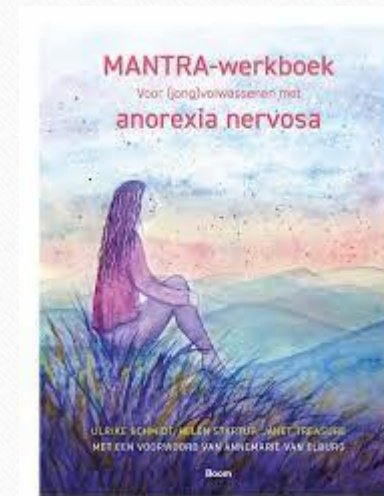
Houding therapeut en cliënt

- Niet dwingend, samenwerkend in hetzelfde werkboek
- Client krijgt direct actieve rol, maakt eigen keuzes binnen de aangeboden thema's
- Therapeut maakt gebruik van o.a. motiverende gespreksvoering, systeem vaardigheden.



Mantra werkboek en therapeutenhandleiding

https://www.boompsychologie.nl/product/100-9412_MANTRA-werkboek



De fases van behandeling vanuit werkboek

- **Fase 1:** Werken aan motivatie, inzicht krijgen in het ontstaan van de AN en de instandhoudende factoren van de AN. Doelen formuleren (hfst 1 t/m 6)
- **Fase 2:** Gericht op bewerken van de instandhoudende factoren van de AN. Module: Emoties, denkstijlen of identiteit (hfst 7, 8, 9)
- **Fase 3:** Terugvalpreventie en bestendigen van wat je hebt geleerd (hfst 10)



De vertaling van de methodiek naar een deeltijd module voor AN: onze uitgangspunten

- Ervaringen vanuit de kliniek en literatuur geven aan dat MANTRA vaak goed aansluit bij patiënten met complexe problematiek (vaak co-morbiditeit op gebied van persoonlijkheid of trauma). Past bij intensieve deeltijd
- De methode geeft een goede balans tussen structuur en flexibiliteit, past daardoor goed bij een doelgroep met co-morbiditeit en hoge drop-out percentages
- De methode geeft een voorzet voor gemeenschappelijke ‘taal’ (diermetaforen voor systeemgesprekken)
- Kracht van de behandelgroep als aanvulling op de methode!



Praktische werkwijze in deeltijd behandeling

- Werkwijze: zowel modulair als therapeutisch referentiekader
- Cliënten werken in eigen tempo aan de eerste 5 hoofdstukken (gericht op motivatie, werken met hulp, en de persoonlijke formulering van AN)
- Integratie met andere therapieblokken (o.a psychotherapie, systeemgesprekken, PMT, CGT, drama)
- Nadruk ligt in het therapieblok om elkaar te helpen bij de opdrachten, ervaringen uitwisselen, samenwerken aan persoonlijke formulering/CC

Samenvattend onze ervaringen met MANTRA

- Werkt goed bij onze doelgroep met veel complexe co-morbide problematiek (lage drop-out, positieve ervaringen van pten in evaluaties)
- Gebruik van gemeenschappelijke 'taal' om de verschillende deeltijd modules met elkaar te verbinden is pluspunt
- Veel raakvlakken met andere therapeutische referentiekaders en overkoepelende behandelthema's (emotie-regulatie, systeem interventies)



Ervaringen cliënten

- *'het mantra blok heeft ook voor extra diepgang gezorgd en ik weet daardoor goed waar ik mee en hoe ik hier mee aan de slag kan bij de andere therapieën'. (Cliente 5-daagse)*
- *'Fijn om samen met de groep naar mijn bloem te kijken. Ook voor mijn ouders geeft de bloem overzicht over mijn ziekte' (Cliente 3-daagse)*
- *'Mijn moeder herkende zichzelf erg in de kangoeroe, het was een fijne manier om dingen naar elkaar uit te spreken' (Cliente 3-daagse)*

De workshop:

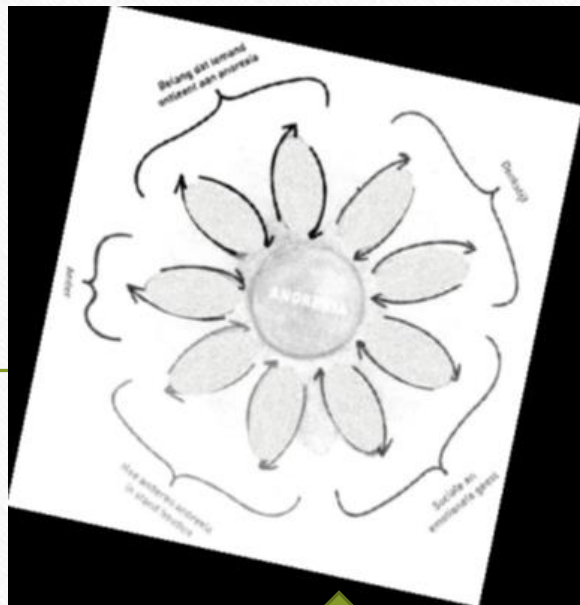
CC: 'giftige bloem van anorexia'



- Metafoor: bloempot van waaruit de eetstoornis zich heeft kunnen ontwikkelen
- De bloemblaadjes zijn de instandhoudende factoren van de ES, opgedeeld in thema's
- De vorm is vrij, de voorbereidende opdrachten helpen bij de opbouw van de bloem, zoals de levenslijn

Werkwijze voor cliënten

- In de module werken ze in de groep aan voorbereidende opdrachten op de CC
- Voorbeelden zijn: motiverende opdrachten, tijdlijn van ingrijpende gebeurtenissen, sterke en kwetsbare kanten van persoonlijkheid in kaart brengen
- In de module leggen ze stukje voor stukje de puzzel van de CC die ze later in de groep presenteren.



Eigenschappen / persoonlijkheid:	Sterke punten:
Gebeurtenissen / uitdagingen / moeilijkheden die je wereldbeeld hebben gevormd:	Ondersteuning:

Aan de slag! Zelf een MANTRA bloem maken

- Subgroepjes maken
- Casus als onderlegger of eigen casuïstiek
- Materiaal beschikbaar (flapover)
- Plenaire nabespreking, presenteren aan elkaar ;)



Aandachtspunten bij het maken van de CC

- Bespreek met elkaar de casus, verdeel eventueel de onderdelen uit de CC
- Begin bij het maken van de bloempot (ingrijpende gebeurtenissen, persoonskenmerken)
- Bespreek met elkaar welke instandhoudende factoren je ziet van het ES gedrag en beschrijf die in de bloemblaadjes:
 - Denkstijl (rigide denken, zwart-wit overtuigingen, dubbele standaard)
 - Beperkingen in het sociaal-emotioneel domein (vermijden van emoties, vermijdende inter-persoonlijke stijl)
 - Positieve ideeën van cliënten over het nut van AN in hun leven
 - Reacties van naasten, vaak gekenmerkt door hoge expressed emotion (EE) en gedrag dat toegeeft aan de AN of deze ondersteunt
 - Andere factoren: denk bijvoorbeeld aan co-morbiditeit, PTSS, depressie of een reeds vastgestelde persoonlijkheidsstoornis

Nabespreking



- Per subgroepje ervaringen plenair bespreken
- Wat vonden jullie sterke punten van de casus-conceptualisatie?
- Waar zaten eventuele knelpunten?

Denk ook aan perfectionisme, negatief vergelijken met anderen.

Heilzame bloem, aan einde behandeling

- Wat houdt mij gelukkig en gezond?
- Systematisch terugkijken naar de giftige bloem en de afzonderlijke blaadjes (instandhoudende factoren)
- Vooruitblikken naar terugvalpreventieplan (TVP) in de nazorg



Referenties

- van den Berg, E., Houtzager, L., Vos, J., Daemen, I., Katsaragaki, G., Karyotaki, E., Cuijpers, P., & Dekker, J. (2019). Meta-analysis on the efficacy of psychological treatments for anorexia nervosa. *European Eating Disorders Review*, 27, 331-351.
- Jansen, A. (2021) *MANTRA*, Tijdschrift voor gedragstherapie.
- Noordenbos G. & Elburg, A. (2018). *Handboek voor eetstoornissen*. (Derde druk). De Tijdstroom, Enschede.
- Murray, S. B., Quintana, D. S., Loeb, K. L., Griffiths, S., & Le Grange, D. (2018). Treatment outcomes for anorexia nervosa: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Psychological Medicine*, 49, 535-544.
- Schmidt, U., Startup, H., Treasure, J. (2020). *MANTRA werkboek voor (jong) volwassenen met anorexia nervosa*. Boom uitgevers.
- Solmi, M., Wade, T. D., Byrne, S., Del Giovane, C., Fairburn, C. G., Ostinelli, E. G., De Crescenzo, F., Johnson, C., Schmidt, U., Treasure, J., Favaro, A., Zipfel, S., & Cipriani, A. (2021). Comparative efficacy and acceptability of psychological interventions for the treatment of adult outpatients with anorexia nervosa: A systematic review and network meta-analysis. *Lancet Psychiatry*, 8, 215-224.
- Startup, H., Franklin-Smith, M., Barbe, W., Gilbert, N., Brown, Y., Glennon, D., Fukutomi, A., Schmidt, U. (2021). The Maudsley Anorexia Nervosa Treatment for Adults (MANTRA): a feasibility case series of an integrated group based approach. *Journal of eating disorders* 9:70. <https://doi.org/10.1186/s40337-021-00424-6>