



# Message From Dr. Bateman

Dear Clinician

I am delighted that you are interested in Mentalization Based Treatment (MBT) and the Mentalization Study Group in Japan.

Mentalizing is an important mental process that is at the centre of mental ill health. Facilitating mentalizing using MBT has been found to be particularly useful in the treatment of a range of personality disorders and it is now one of the main evidence-based treatments for borderline personality disorder. MBT is also used to treat other conditions such as depression, eating disorders, adolescents who self-harm, drug addiction, and has been shown to be helpful in treating people with psychosis. In addition, a focus on mentalizing can enhance your own general psychological interventions with patients.

The increase in interest in mentalizing and MBT indicates its utility for clinicians in their everyday practice and this is the situation in Japan where there has also been strong interest in people becoming proficient MBT clinicians. I am excited to support them and do hope that you will want to develop your skills in MBT as you learn more about mentalizing. The Japanese Study Group will be able to support your interest and being able to learn together and from each other is a core aspect of good social mentalizing! Welcome.

Prof Anthony Bateman MA, FRCPsych is Consultant to the Anna Freud Centre, London; Visiting Professor University College, London; Honorary Professor in Psychotherapy University of Copenhagen.

親愛なる日本の臨床家の皆様へ

メンタライゼーションに基づく治療 (MBT) および日本メンタライゼーション研究会に関心をお持ちいただき大変嬉しく思っております。

メンタライジングは精神的不調の中心にある重要な心のプロセスです。MBT を用いたメンタライジングの促進は、さまざまなパーソナリティ症の治療において特に有用であることが分かっており、現在境界性パーソナリティ症の主要なエビデンスに基づく治療法の一つになっています。また、MBT はうつ病、摂食障害、自傷行為を伴う思春期青年、薬物嗜癖など他の病状の治療にも用いられ、精神病的疾患の治療にも役立つことが示されています。そして、メンタライジングへの焦点づけによって、あなたが行っている一般的な心理的介入を強化することができます。

メンタライジングと MBT への関心の高まりは、それが臨床家たちの日々の実践において有用であることを示しており、現在の日本においても、熟達した MBT の臨床家を目指すことに強い関心が寄せられている状況です。私は彼らを支援することに興奮していますし、あなたたちがメンタライジングを学ぶにつれ、MBT のスキルを向上させたいとお願いしたいと望んでいます。日本メンタライゼーション研究会は、皆さんの興味関心を支援することができますし、お互いに学び合えるということは、良い社会的メンタライジングの中核となる姿です。

ようこそ!

アンソニー・ベイトマン MA, FRCPsych アンナ・フロイトセンター (ロンドン) コンサルタント、ユニバーシティ・カレッジ (ロンドン) 客員教授、コペンハーゲン大学精神療法名誉教授。