

Interpersonell neurobiologi fördjupning, Göteborg start 12 mars 2019

Fördjupningskurs i IPNB

Interpersonell Neurobiologi (IPNB) är ett ramverk för forskning som intresserar sig för hur vår hjärna och vårt nervsystem formas i samspel med våra interpersonella relationer och vårt medvetande/mind. Och hur alla tre påverkar varandra. Fältet kombinerar bland annat neurovetenskap, samtida hjärnforskning, anknytningsteori, mentaliseringsteori och mindfulnessforskning. Varje moment under kursen kopplar till klinisk tillämpning och användningsområde i samtal, utvecklingsprocesser, pedagogik, möten och behandling.

Kursen har en valbar tillkommande fördjupningsdag i tillämpning på parterapi. Läs mer på <https://psykologimedmera.se/vara-utbildningar/interpersonell-neurobiologi-fordjupning/>

Användningsområden i klinisk behandling eller i utvecklings- och hälsoarbete

Alla verksamma metoder i psykologisk behandling och nyinlärning har neurobiologiska komponenter, och i grunden är vi alla gjorda för både försvar och överlevnad – och för kontakt. Med kunskap om hur detta påverkar människan kan du som kliniskt aktiv förstärka det som redan är verksamt i din nuvarande metod – oavsett vilken metod du använder t.ex. KBT, IPT eller PDT. I arbete med t.ex. hälsofrämjande insatser, pedagogik eller med utvecklingsprocesser fördjupar kursen förståelsen av verksamma mekanismer i inlärning, förändring och utveckling och hjälper att förstärka dem.

Områden som fokuseras

- psykisk hälsa utifrån den modell IPNB föreslår som integration av medvetande, hjärna/kropp och relationer
- integrationsområden (nio områden) inom IPNB som kan förstås som common factors i terapi
- hjärnans evolutionära utveckling
- förståelse av vad som händer i hjärnan vid förändring/nyinlärning och hur detta kan förstärkas i fungerande behandling
- djupgående kliniska kunskaper i reglering av affekter och nervsystem
- aktuell forskning om skillnader i hjärnan mellan fenomenen "känslomitta" – empati – medkännande och exempel på hur vi kan ha hjälp av kunskapen i behandling
- trauma och stress – i ljuset av neurologisk forskning
- färsk anknytningsforskning: attunement och attachment i hjärnan
- varje moment kopplar till aktuell forskning och exempel och diskussion kring hur vi kan se dess kliniska tillämpning samt praktiska metoder
- valbar fördjupningsdag i parterapi

Syfte och lärandemål

Deltagarna skall kunna redogöra för hjärnans övergripande strukturer och utveckling i ett evolutionärt perspektiv, kunna förstå och redogöra för de neurologiska processer som är bakomliggande vid t.ex. olika anknytningsmönster, stress, trauma, och terapeutisk effekt. Deltagarna skall förstå den terapeutiska och pedagogiska användbarheten av hjärnans plasticitet och ha kunskap om hur de kan omsätta de olika momenten genom de common factors som finns i klinisk behandling och i praktisk vardaglig tillämpning av psykologiskt förändrings- och utvecklingsarbete.

Kursledare och huvudlärare: Ingrid Almgren Sjölander, leg. psykolog, leg. psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi. Ingrid har mångårig erfarenhet som psykolog och utbildare och arbetar med flera olika metoder och är utbildad i, samt speciellt intresserad av, att integrera forskning från Interpersonell Neurobiologi i psykologisk behandling, pedagogik och i hälsofrämjande arbete.

Målgrupp: Målgruppen är bred då ämnet berör både terapi, pedagogik och hälsofrämjande arbete i andra former: tex terapeuter, psykologer, pedagoger och personer med annan vård- eller omsorgsutbildning. Kontakta oss vid frågor.

Plats: Första Långgatan 21, vån 6, Göteborg, i Psykologi med meras lokaler.

Tid: 5 kursdagar med start 12 mars 2019. Undervisning alla dagar 9-16.30. Se vår hemsida för aktuella kursdatum <https://psykologimedmera.se/vara-utbildningar/interpersonell-neurobiologi-fordjupning/>

Valbar parterapi fördjupning: heldags fördjupning (dag 6) i parterapi med integration av interpersonell neurobiologi.

Litteratur: Se litteraturlista, ca 1185 s. Läsrekommendationer ges inför varje kursmoment.

Utvärdering: Utvärdering sker muntligt och skriftligt vid varje kursdag. I avslutning gör en utvärdering av hur kursen svarat mot lärandemål, kursens pedagogiska nivå samt förslag till förbättring och utveckling.

Litteraturlista - Interpersonell neurobiologi fördjupning, start vt 2019

Läsrekommendationer ges för varje kursmoment. Totalt ca 1185 s.

Huvudlitteratur:

Daniel J Siegel: *Pocketguide to Interpersonal Neurobiology. An Integrative Handbook of the Mind* (2012), 560 s.

Daniel J Siegel: *Mindsight – the new science of personal transformation* (2011), 314 s.

Louis Cozolino: *The Neuroscience of Human Relationships Attachment and the Developing Social Brain* (2014), 656 s.

Stephen W. Porges: *The Pocket Guide to the Polyvagal Theory - The Transformative Power of Feeling Safe.* 288 s.

Rekommenderade böcker för moment klinisk inspiration/verktyg/teknik:

Pat Ogden, Janina Fisher: *Sensorimotor Psychotherapy - Interventions for Trauma and Attachment* (2015), 832 s

B. Ecker, R. Ticic & L. Hulley: *Unlocking the emotional brain* (2012) 244 s

Valbar fördjupningslitteratur

Daniel J Siegel: *Hjärnstorm – överlev tonårstiden med forskningens hjälp* (2016), 258 s.

Åsa Nilssonne: *Mindfulness i hjärnan* (2016), 226 s.

Susan P Gantt, Bonnie Badenoch: *The Interpersonal Neurobiology of Group Psychotherapy and Group Process* (2013), 240 s.

Stephen W. Porges: *The Polyvagal Theory Neurophysiological Foundations of Emotions, Attachment, Communication, and Self-Regulation* (2011), 368 s.

Daniel Hill: *Affect Regulation Theory - A Clinical Model* (2015), 320 s.

Julie Schwartz Gottman & John M. Gottman, D. Siegel: *10 Principles for Doing Effective Couples Therapy* (2015), 288 s.

Dennis Tirsch, Benjamin Schoendorff, Laura R. Silberstein, Paul Gilbert, Steven C. Hayes: *The ACT Practitioner's Guide to the Science of Compassion - Tools for Fostering Psychological Flexibility* 296 s.