Interpersonell Neurobiologi öppen fördjupning del 1, start 2027

Öppen fördjupningskurs i Interpersonell Neurobiologi för alla yrkesbakgrunder, som till exempel arbete som terapeut, med rehabilitering, som ledare, ledarutvecklare, pedagog, HR, psykolog, eller vård- och omsorgsyrken.

Interpersonell Neurobiologi (IPNB) är ett anknytningsbaserat fält som intresserar sig för hur vår hjärna och vårt nervsystem formas i samspel med våra relationer och vårt mind (mind är en specifik term i IPNB som är svår att översätta). Och hur mind-hjärna-relationer påverkar varandra livet ut. Fältet kombinerar bland annat neurovetenskap, samtida hjärnforskning, compassionforskning och praktik, anknytningsteori, mentaliseringsteori och mindfulnessforskning.

Varje moment under kursen kopplar till möjliga användningsområden inom till exempel samtal, utvecklingsprocesser, ledarskap, pedagogik, bemötande och behandling. Kursen har sex (6) heldagar.

Kursen lämpar sig även för dig som redan har en terapeut- eller samtals- eller pedagogisk utbildning, oavsett metodinriktning, då kursen fokuserar på metodövergripande moment i verksamma i terapi/behandling/rehab och andra hälsoprocesser.

Kursen öppnar för möjlig påbyggnad av de praktiska momenten i Del 2- IPNB fortsatt integration, som ännu mer fördjupar de traumasensitiva och praktiska teknikerna.

Söker du kurs i Interpersonell Neurobiologi del 1 som är godkänd inom specialistordningen för psykologer - se här.

Användningsområden i behandling, bemötande eller i utvecklings- och hälsoarbete

Alla verksamma metoder i förändringsprocesser har neurobiologiska komponenter, och i grunden är vi alla gjorda för både försvar och överlevnad - och för meningsfull kontakt. Med kunskap om hur detta påverkar människan kan du som möter människor i ex. utveckling, rehabilitering, behandling eller annat hälsoarbete aktivt förstärka det som redan är verksamt i din nuvarande metod -

oavsett vilken metod du använder t.ex. KBT, IPT eller PDT eller andra tillämpningar.

För dig som arbetar med till exempel hälsofrämjande arbete, ledarskap eller med utvecklingsprocesser fördjupar kursen förståelsen av verksamma mekanismer i inlärning, förändring, generativa möten och utveckling och hjälper att förstärka dem och skapa traumamedvetet förhållningssätt som kan skapa reparativa möten människor emellan.

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 och annat hälsoarbete
- hjärnans evolutionära utveckling
- förståelse av vad som händer i hjärnan vid förändring/nyinlärning och hur detta kan förstärkas i hälsoarbete
- traumasensitivt förhållningssätt
- djupgående kunskaper i reglering av affekter och nervsystem med somatisk integration
- aktuell forskning om skillnader i hjärnan mellan fenomenen ”känslosmitta” – empati – compassion, och exempel på hur vi kan ha hjälp av kunskapen i alla möten mellan människor, liksom i behandling
- Praktiska tillämpningar av compassion/medkänsla
- trauma och stress - i ljuset av neurologisk forskning
- färsk anknytningsforskning: attunement och attachment i hjärnan applikation på grupp- och ledarskapsrelationer, samt på självledarskap
- varje moment kopplar till aktuell forskning och exempel och diskussion kring hur vi kan se dess tillämpning samt praktiska metoder i våra verksamheter
- Fördjupningsdag med fokus på relationell tillämpning

Lärandemål

Syftet är övergripande att deltagaren skall uppleva användbarhet och inspiration från kursmaterialet i sitt arbete liksom privata liv. Deltagarna skall även kunna förstå hjärnans övergripande strukturer och utveckling i ett evolutionärt perspektiv, och de bakomliggande neurologiska processerna vid t.ex. olika anknytningsmönster, stress, trauma, samt att arbeta compassionfrämjande.

Fokus ligger på hur man använda kunskapen till praktiken vid exempelvis psykoedukation, metaforarbete, förhållningssätt och metodval.

Deltagarna får förståelse för hjärnans plasticitet och kunskap om de nio så kallade integrationsområdena inom Interpersonell Neurobiologi som är common factors, generellt användbara byggstenar, i behandling såväl som i annat förändrings-, hälso- och utvecklingsarbete.

Dagsinnehåll & kursmoment

- Kursdag 1: Introduktion till huvudbegrepp i Interpersonell neurobiologi, den sociala hjärnans strukturer och utveckling & anknytningens betydelse för – och påverkan av – hjärnans utveckling i livslångt perspektiv.
- Kursdag 2: Anknytning och hjärnutveckling forts. Autonom reglering & toleransfönstret (”window of tolerance”) i med tillämpningar på bland annat trauma och stress, och traumasensitivt samt compassionfrämjande förhållningssätt.
- Kursdag 3: IPNBs nio domäner av integration som common factors med exempel. Ångest, oro och rädsla – hjärnfakta praktisk tillämpning.
- Kursdag 4: Fortsättning IPNBs domäner av integration som common factors., inklusive fördjupning inom tillämpningcompassion/medkänsla.
- Kursdag 5: Mind & mindfulness i IPNB och i hjärnan samt tekniker för att integrera IPNB. Avvägning mellan fördjupning i komplexa tillstånd, såsom autism eller EIPS, och ett mer praktiskt fokus med övningar och tillämpningar inom integrationsområdena.
- Kursdag 6: Interpersonell Integration i relationellt arbete. Compassion i praktiken, med "hjärnbron" som neurologisk bas och metafor för att upprätta kontakt, differentiering och kommunikation som fungerar och främjar compassion. Exempeltekniker från och introduktion till Encounter centered Transformation, som går att använda i allt relationellt arbete.

Kursledare och huvudlärare: Ingrid Almgren Sjölander, leg. psykolog, leg. psykoterapeut, specialist i klinisk psykologi. Ingrid har mångårig erfarenhet som psykolog. Hon arbetar med flera olika metoder och är utbildad i, samt speciellt intresserad av, att integrera Interpersonell Neurobiologi i psykologisk behandling, ledarskap och i annat hälsofrämjande arbete.
Delmomentslärare: Jennifer Magnusson, leg. psykolog utbildad i samt speciellt kunnig i att integrera Interpersonell Neurobiologi i psykologisk behandling och hälsofrämjande arbete.
Målgrupp: målgruppen är personer som arbetar med till exempel samtal, pedagogik, behandling, rehabilitering, hälsa, ledarskap, själv-ledarskap och utveckling. Yrkesbakgrunder kan vara t.ex. psykoterapeuter, läkare, HR,

socionomer, psykologer, ledare, coacher, terapeuter, sjuksköterskor med flera. Kursen ges även som specialistkurs för psykologer, se separat kursstart. Kontakta oss vid frågor.

Anmälan: Beskriv kortfattat din utbildningsbakgrund under Övriga uppgifter.

Kostnad: Se alltid kurssidan för aktuell kursavgift.

Plats: Göteborg Berzeliigatan 14, Psykologi med meras lokaler eller annan lokal i centrala Göteborg.

Tid: 6 heldagar 2027, undervisning alla kursdagar kl. 9-16.30. Se kurssidan för aktuella datum.

Planeringen är att denna kurs ges fysiskt på plats i Göteborg. Möjlighet att delta i interaktivt onlineformat ges endast om eventuella lagstiftade rese- eller samlingsförbud finns vid tidpunkten.

Litteraturlista - Interpersonell Neurobiologi fördjupning, start 2027

Läsrekommendationer ges för varje kursmoment. Totalt ca 1185 s.

Huvudlitteratur:

Daniel J Siegel: *Mindsight – the new science of personal transformation* rekommenderas som en övergripande och lättillgänglig introduktion till kursen.

Ur nedanstående litteratur ges läsrekommendationer till våra kursdagar:

Daniel J Siegel: *The Developing Mind - How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*, 2020. 674 s.

Daniel J Siegel, Allan N Schore, Louis Cozolino: *Interpersonal Neurobiology and Clinical Practice*, 2021

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.

Valbar fördjupningslitteratur, förslag

Sue Wintgens: *Stepping into the Circle of Life: Guiding couples to connection and truth* (2022)

Peter Levine, *Trauma and Memory - Brain and Body in a Search for the Living Past: A Practical Guide for Understanding and Working with Traumatic Memory (2015), 206 s.*

Deb Dana & Stephen Porges: *Clinical Applications of the Polyvagal Theory (2018)*

- *The Emergence of Polyvagal-Informed Therapies*

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

B. Ecker, R. Ticic &L. Hulley: *Unlocking the emotional brain - Eliminating Symptoms at Their Roots Using Memory Reconsolidation* (2022) 244 s.

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