

Interpersonell Neurobiologi – helhet och detaljer BLOCK 2: NIO DOMÄNER AV INTEGRATION – DETALJERNA

Kursbeskrivning och innehåll

Onlineutbildningen *Interpersonell Neurobiologi – helhet och detaljer* består av två block, där *Block 2: Nio domäner av integration – detaljerna* är ett samarbete mellan Svenska Imagoinstitutet och Psykologi med mera. Block 2 är för dig om vill fördjupa din kunskap inom Interpersonell Neurobiologi för att använda det såväl inom ditt yrke eller i övriga livet.

Block 2 fokuserar och fördjupar de nio integrationsområdena inom Interpersonell Neurobiologi, samt kopplar samman helheten dem emellan. Inom varje integrationsområde fokuseras hur **mind – brain – relationships** interagerar med varandra. Eva Berlander från Svenska Imagoinstitutet, och Ingrid Almgren Sjölander från Psykologi med mera är lärare, innehållsansvariga och kursledare för Block 2. Se även separat litteraturlista.

De nio integrationsområdena

De nio områdena för integration kan ses som så kallade common factors, de vill säga gemensamma bakomliggande faktorer, som är verksamma i utveckling, förändring, terapi, pedagogik, ledarskap och andra områden där människor skapar relationer och utvecklas. Styrkan i att lära sig mer om dessa gemensamma faktorer gör att det blir tydligare vad som är det verksamma i ens arbetssätt och metod och vad som kan behöva förstärkas. Du får i denna kurs bland annat:

- En fördjupad anknytningsbaserad förståelse för vårt plastiska nervsystem
- Modeller för att förstå och/eller själv arbeta med och undervisa i hur mind – brain – relationships samverkar
- Ett gemensamt, metodneutralt, språk för att beskriva förändring och utveckling
- Fördjupning i hur integrationerna kan användas i yrkeslivet för att direkt kunna påverka
- Ett samlat fokus med psykisk och fysisk hälsa som mål

Block 2: Nio domäner av integration – detaljerna består av 11 moduler:

Introduktion

Introduktion till Block 2, anknytning och intoning, definition av begrepp som används.

Medvetandets integration

Vårt varseblivande sinne, mind, som har förmågan att bli uppmärksam på vad vi gör är avgörande för att ta ut en riktning i förändring. Det vi uppmärksammar växer.

Bilateral integration

Höger och vänster domän står för olika sätt att fungera och när de är integrerade med varandra har vi med oss både känsla, kropp (höger) och språk, logik (vänster).

Vertikal integration

För att vi skall kännas oss fullt levande behöver vi kunna ta upp kroppens signaler utan att stänga av eller överväldigas – den vertikala integrationen fokuserar på just detta.

Minnesintegration

Minnet består av flera olika system, som fungerar tillsammans och var för sig. Här går vi igenom hur det påverkas av anknytning och vad som sker vid trauma, och hur minnet kan integreras hela livet.

Berättelsens integration

I den berättelse vi väver ihop om oss, som vi alla berättar för varandra bara genom vårt sätt att vara sätter vi ihop minnesbilderna till en "story" om oss som påverkas av våra relationer och trygghet/otrygghet.

Tillståndintegration

Olika tillstånd inom oss har olika neurobiologisk bas, och vi har tillgång till olika minnen, beteenden och berättelser beroende på vilket tillstånd vi är i. Att kunna växla mellan dem flexibelt är viktigt för vår hälsa.

Interpersonell integration

Den sociala synapsen – den som utgör ”the space” mellan oss kan symbolisera den interpersonella integrationen. Här delar vi energi och information som kan förändra varandras biokemi – snabbt.

Temporal integration

Den tidsmässiga integrationen handlar både om hur vi skiljer på då, nu, sen och hur vi förhåller oss till de stora frågorna i livet – som död, separation och förlust. Där traumat inträffar stannar tiden säger man ibland – här ser vi på hur.

Identitetsintegration

Vilka grupper blir ”vi” som vi gör oss till en del av och vilka blir ett ”dom”? I identitetsintegrationen handlar det om vår djupa inneboende ”connectiveness” och hur vi påverkar varandra genom våra grupperingar.

Helheten Integration = Vänlighet

Här fokuserar vi på helheten och vi lyfter övergripande begrepp som tålighet, essans och värderad riktning – core values. Här hör du även hur pardialogen blir ett exempel på hur alla integrationer tillämpas i en helhet.