

UDVIDET BESKRIVELSE

At bruge Neuroaffektiv teori i faglig praksis.

Det særlige ved denne sammenhæng er at vi arbejder personligt og kropsligt med de teoretiske begreber.

Målgruppe:

Professionelle som underviser, lærere, pædagoger, psykologer, ledere, konsulenter.

Formålet og forudsætningen for brug af dette efteruddannelses forløb, er, at man har en professionel rolle som leder/ underviser "karavanefører" for et fællesskab af mennesker, der har et mål, – en opgave, en leg, en proces, de skal udføre og løse sammen.

Hvad er Neuroaffektiv forståelse?

Neuroaffektiv forståelse og kompetence kommer fra Neuroaffektiv Udviklingspsykologi. Viden om den treenige hjernes potentiale for sansning, følelse, kognition og mentalisering. Neuroaffektiv forståelse handler om bevidst integration af disse menneskelige potentiale. At udvikle følelsesmæssig intelligens, empati og menneskelig modning.

En dybere menneskelig modning og indre orientering i forhold til sig selv og i forhold til andre mennesker, både i samarbejdssituationer og personlige relationer.

Denne viden og læring kan anvendes af enhver, der arbejder med udvikling og facilitering af processer for mennesker på mange niveauer.

Kompetencer som du kan udvikle som underviser

I det personlige

– at blive bevidst om egne mønstre

(ex. tilknytningsmønstre) og bevidst viden om evnen til at være i kontakt.

At træne selvregulering i forhold til de Neuroaffektive kompasser,

autonomt, limbisk og præfrontalt.

Værktøjer til at regulere stress og tilstande af følelsesmæssig overvældelse.

Evne til at metallisere betyder, at man kan se sig selv som den person man er, i den rolle man har; man kan mærke de andre indefra – og se sig selv udefra.

At blive mere bevidst og operativ i forståelsen og udviklingen denne kompetence.

I det relationelle – regulering af den ydre situation.

Macro og micro-regulering.

Macro-regulering er rammerne og strukturen i en given situation.

Micro-regulering er bevidst at anvende den information, der findes i en given situation til at skabe kontakt, dvs. information fra det sproglige, kropssproglige og følelsesmæssige udtryk, der både introvert og ekstrovert er til stede. Dette bruges til at kvalificere, hvad der er brug for af samspil, for at vi fx kan løse en opgave sammen. Skabe et konstruktivt åbent læringsrum.

Opmærksomhed som redskab

Mindfulness er et meget præcist redskab til træning og fordybelse af den indre kontakt. Denne opmærksomhedstræning er en væsentlig faglig kompetence i pædagogisk arbejde og i samarbejdsprocesser.

Indre redskaber i forskellige former, bruges til balancering og navigation, mellem vitalitet, sansning følelse og forståelse. Denne sammenhæng udvikler naturligt den empatiske kapacitet.

Det er træningen af disse kompetencer der kaldes Selvagens.

At kende sig selv og kunne regulere sig selv, som en forudsætning for at kunne regulere og få dybere forståelse af et samvær. At være en kompetent ”karavanefører”.

Ved at gøre flere ubevidste indtryk til mere bevidste, – ved at aflæse og realitetsteste, hvad der foregår i den anden, kan der opstå øjeblikke af særlig intens kontakt, ”mødeøjeblikke” disse øjeblikke kan åbne et optimalt læringsfelt. (jf. Den Schweiziske forsker Daniel Stern). God kontakt og forståelse for den andens udgangspunkt styrker samarbejdsevnen. Vi optimerer brugen af hinandens kompetencer, når vi inkluderer og respekterer regulering af de følelsesmæssige behov, som en del af den opgave vi skal løse.

Det er i de følelsesmæssige behov vi mærker mening og fællesskab.