

Mentaliseringsbaserat arbetssätt – vad handlar det om?



Våra material

Kursen Babydax

Kurshäftet *Tankar från tiden då du kom till världen*

Boken *Tillsammans från A till Ö*

Kurskoncepten *Föräldraskapet Främst & Barnet i fokus*



Mentalisering?

Förmågan att mentalisera utgör grunden i vår psykiska hälsa och möjliggör trygga relationer människor emellan.

Med hjälp av mentaliseringsförmågan förstår vi oss själva och andra. Vad kan röra sig i huvudet på människorna omkring oss och vad kan tänkas ligga bakom deras yttre beteende? Hur påverkar vi varandra?

Ett mentaliseringsbaserat arbetssätt stöder dig som

- möter människor
- upplever samspelet med vissa människor utmanande
- vill utvecklas som person och i din yrkesroll

Blev du nyfiken?

Mentaliseringsbaserat arbetssätt handlar om att bli mer medveten om hur du skapar ömsesidig förståelse, tillit och trygghet i mötet med människor.

Kontakta oss: boka en föreläsning eller workshop

liisa.jungar@folkhalasan.fi

nina.finnas@folkhalasan.fi

Mentaliseringsbaserat arbetssätt

Bekanta dig med Folkhälsans material och boka en kostnadsfri föreläsning, workshop eller utbildning.

Vi erbjuder:

- Skräddarsydda föreläsningar / utbildningsdagar åt arbetsgemenskaper, läroanstalter, föräldragrupper etc.
- Gruppledarutbildning för dig som vill leda *Föräldrskapet främst* eller *Barnet i fokus*-grupper.
- Presentation av Folkhälsans material som bygger på kunskap om mentaliseringsförmågans inverkan på våra relationer.

Exempel på innehåll i föreläsningen / utbildningsdagen

- Baskunskaper om mentaliseringsförmågan och anknytning
- Färdigheter att använda denna kunskap i mötet med människor = **ett mentaliseringsbaserat arbetssätt**
 - hur bli mer medveten om mentaliseringsförmågans roll i det dagliga arbetet, hur påverkar förmågan dig och hur du bemöter barn, elever, klienter etc?
 - hur kan du stöda utvecklingen av barnets/elevens/förälderns/klientens mentaliseringsförmåga?
 - Case och praktiska övningar
 - Presentation av Folkhälsans & MLL:s material som stöder mentaliseringsförmågan i föräldrskapet