

# SOMATIC EXPERIENCING® SE FORENINGEN I DANMARK

## **Neuroaffektiv psykoterapi interventioner til den nærmeste udviklingszone**

**Med cand. psych. Susan Hart**

Formålet med denne træning er at deltagerne får en grundlæggende forståelse af neuroaffektiv udviklingspsykologi i den terapeutiske proces, og begynder at integrere neuroaffektiv evaluering og metode i deres arbejde.

Hjernen interagerer med omgivelserne gennem samhørighedsoplevelser. Ressourcer og vanskeligheder udvikles i et tæt samspil mellem miljø og medfødte forudsætninger. Neuroaffektiv psykoterapi tager sit udgangspunkt i den kendsgerning, at det er denne interaktion, der modner de personlighedsmæssige strukturer.

Personlighedsudvikling foregår på tre hierarkisk forbundne niveauer i nervesystemet, nemlig arousal-regulering, affektafstemning og mentalisering. Neuroaffektiv udviklingspsykologi bygger bro mellem tilknytningsteori og nyere hjerneforskning og forklarer, hvordan synkroniseringsprocesser på dybereliggende personlighedsniveauer i den psykoterapeutiske kan modnes.

Udgangspunktet for neuroaffektiv psykoterapi er derfor også en vurdering af, hvor ressourcen findes til at etablere mødeøjeblikke i det neurale hierarki, for at udvikle de specifikke neurale forbindelser, der i sidste ende kan udfolde denne evne. Når man er i stand til at synkronisere sig på alle de integrerede hierarkiske niveauer i nervesystemet opstår psykisk resiliens.

Vi vil på de to kursusdage fokusere på personlighedsudvikling og hjernens udvikling. Vi vil se på udviklingen gennem arousalregulerings- og sanseoplevelser, derefter igennem følelseafstemning og til sidst igennem udviklingen af fælles meningsdannende, sproglige narrativer. Disse afstemninger skabes gennem synkroniseringsoplevelser eller nuværende øjeblikke; det vil sige oplevelser af tydelige mødeøjeblikke på det relevante niveau.

Deltagerne kommer til både gennem øvelser og videoklip at arbejde med at præcisere forståelsen af neuroaffektive interventioner.

**Susan Hart:** psykolog, specialist og supervisor i børnepsykologi og specialist i psykoterapi. Med baggrund i familiebehandling og børnepsykiatri arbejder Susan som selvstændig psykolog. I sin omfattende kursus- og foredragsvirksomhed formidler og udvikler hun den neuroaffektive tænkning med afsæt i den nyere hjerneforskning.