

KURSUSDAG OM MENTALISERING

19. november 2022 - kl. 9.30 -14.00

Bredgade 7, 1. sal, 7400 Herning



Psykolog Bente Lyngé er specialist i børnepsykologi og har siden 1999 arbejdet som selvstændig psykolog. Inden da har hun arbejdet mange år som lærer i såvel folke- som friskole.

Bentes særlige interesse er det almene, altså det, vi som mennesker grundlæggende har behov for.

Mentalisering er i denne sammenhæng helt centralt.

Bente vil på kursusdagen give os en introduktion til og en grundlæggende forståelse af hvad mentalisering er, og hvordan tegnene ser ud på mentalisering eller mentaliseringsvigt. Herudover viden om/ inspiration til, hvordan man som forældre kan arbejde med mentalisering.

Det vil være muligt at købe bogen – SIND I SIGTE – MENTALISERING FOR BEGYNDERE på kursusdagen, til særpris 176 kr. (Normalpris 225 kr.)

Der kan betales med både kontanter og Mobil Pay.

Tilmelding af hensyn til forplejning, senest den 14/11 til Marianne Olesen på tlf. 60 75 84 85.

Håber at vi ses

FBU ForældreStøtte - Marianne og Susan

Program for Kursusdag:

Lørdag d. 19. november 2022 – kl. 9.30 -14.00

9.30–10.15 Ankomst og morgenmad

10.15–11.30 Oplæg om mentalisering ved psykolog Bente Lyng

Mentalisering handler om at danne mening og sammenhæng. Når vi mentaliserer, skaber vi forestillinger både om andres og egne tanker, følelser, ønsker og intentioner.

Som mennesker er vi intentionelle og har et formål med det, vi gør, også når vi ikke tænker over det. Går vi fejl af hinanden, er det tit, fordi vi misforstår hinandens intentioner eller har forskellige intentioner. Mentalisering gør det lettere at komme over misforståelser og konflikter, så vi kan holde fokus på det, vi ellers har for sammen. Derfor er god mentalisering nødvendig, når man skal lære fra sig og tage ved lære af hinanden.

11.30–11.45 Pause

11.45–13.00 Oplæg fortsat om mentalisering ved psykolog Bente Lyng

Begrebet mentalisering giver en ny indsigt i samspelet og dets finesser, hvor det undersøgende og eksperimenterende barn lærer at forstå sig selv og andre gennem samspil med omsorgsfulde og livfulde voksne. Både kropsoplevelser, følelser, intentioner, tanker og handlinger indgår i den proces.

Når vi er gode til at mentalisere, kan vi bedre forstå hinanden, justere os, tage ved lære af hinanden og fantasere om, hvad vi vil skabe. Vi kan lege med hinanden og med virkeligheden.

Sind i sigte – Mentalisering for begyndere giver dig indsigt i de færdigheder, vi skal mestre for at mentalisere, hvordan vi udvikler dem, og hvad vi har brug for undervejs.

13.00-14.00 Frokost og afslutning/ evaluering på dagen

Frokost med en vand/sodavand.

Mulighed for at drøfte dagens oplæg – er der noget vi vil tage med os fra dagen/har det givet inspiration til at arbejde videre?