

Etelä-Karjalan psykologiyhdistys toivottaa sinut lämpimästi tervetulleeksi osallistumaan Mentalisaatiota koskevaan webinaariin torstaina 25.11.2021 klo 9-11.

*Mentalisaatiolla tarkoitetaan kykyä hahmottaa oman ja toisten mielen toimintaa. Toisin sanoen, se on pyrkimystä nähdä päällepäin näkyvän käyttäytymisen taakse ja pohtia, minkälaisia mielen tiloja käyttäytymisen takana on. Mentalisaatio on avain toisen ihmisen ymmärtämiseen: kun ymmärrämme, minkälaiset sisäiset kokemukset motivoivat toisen käyttäytymistä, voimme tehokkaasti vähentää väärintulkintoja. Mentalisaatio ei kohdistu vain toisiin ihmisiin, vaan se on myös avain itsen ymmärtämiseen - toisin kuin usein luulemme, ei oma mieleemme ole itsellemmekään läpinäkyvä. Mentalisaatio on meissä kaikissa olemassaoleva, luontainen inhimillinen kyky, joka vähenee stressaavissa tilanteissa. Turvattomuuden ja uhan kokemus sammuttaa mentalisaatiokykymme ja pakottaa selviytymismoodiin, minkä seurauksena vuorovaikutus vääristyy ja ihmissuhteet voivat tulehtua. Turvattomuuden kokemus vaikuttaa myös ratkaisevasti kykyymme oppia vuorovaikutuksessa ja ottaa vastaan meitä koskevaa viestintää - sellaistaikin, joka veisi henkilökohtaista tai ammatillista kasvuamme eteenpäin.*

Webinaarissa on tavoitteena tutustua mentalisaatioteoriaan ja mentalisaatioon perustuvaan työskentelytavan perusteisiin. Osallistuminen ei edellytä aiempaa mentalisaatioteorian opiskelua, mutta myös jo aiemmin aiheeseen perehtyneet voivat löytää uusia näkökulmia.

Luennoitsijana meillä on Nina Pyykkönen, erikoispsykologi PsL, psykoterapeutti, työnohjaaja, joogaopettaja Suomen Mentalisaatioinstituutti / Mind Dynamics Oy Webinaariin pääset osallistumaan Zoom-linkin kautta, Linkki lähetetään sinulle lähempänä koulutusta, jotta se ei huku muun sähköpostin joukkoon. Webinaariin ei tarvitse erillistä ilmoittautumista. Webinaari on maksuton.