

MENTALISERINGSBASERET LEDERKURSUS - MBL 2025

Til dig, der vil investere i bedre relationer i din professionelle rolle.

Seks dages kursus i efteråret 2025.

- Forstå og lær, hvordan du kan udfylde din formelle eller uformelle ledelsesrolle med mentalisering som en hjælpende hånd.
- Bliv bedre til at forstå, hvad der er på spil i relationerne i dit arbejdsliv.
- Få nogle flere værktøjer til at handle.

HVAD ER MENTALISERING?

Mentalisering er evnen til at forstå, hvad der ligger bag menneskelig adfærd, både ens egen og andres – og at forstå adfærden som udtryk for intentioner, ønsker, følelser, holdninger, drømme mv. At mentalisere er at have "sindet på sinde", både følelses- og tankemæssigt. Mentaliseringsevnen er situationsbetinget, vil variere og være afhængig af de relationer, vi er i. Med en god mentaliseringsevne bliver det lettere at forstå sig selv og andre, så der kan træffes beslutninger, som også er baseret på et fælles, undersøgende, psykologisk perspektiv. For ledere vil en mentaliserende holdning kunne forstærke samarbejdet, der ideelt set kræver fuld opmærksomhed på både hovedopgave og relationer.

HVORFOR MENTALISERINGSBASERET LEDELSE?

I mødet mellem psykodynamisk organisationspsykologi, systemteori og mentaliseringsbaseret forståelse opstår der en række nye indsigter og arbejdsformer, som giver mulighed for ny, fokuseret ledelsespraksis. Alle organisationer, der har interesse i, hvad der foregår "in the mind" hos medarbejdere, brugere, kunder, borgere, kan blive klogere af at inddrage mentaliseringsforståelse i deres ledelse. Mentaliseringsbaseret ledelse fremmer et sundt, opgaveorienteret arbejdsmiljø og styrker samtidig relationer til medarbejdere, kolleger, kunder og borgere.

Hvis din organisation allerede arbejder med et mentaliserende mindset/mentalisering, kan det være relevant at udvide arbejdet til også at omfatte det organisatoriske ledelsesarbejde. Dette understøtter og forstærker mentaliseringsarbejdet med jeres primære målgrupper.

KURSET

Formålet er at træne din mentaliserende evne, så du kan fremme din egen mentalisering, andres mentalisering og i din organisation. Dermed understøttes arbejdet med hovedopgaven.

Fokus i kurset er træning gennem undersøgelse af situationer og relationer, der kan være svære for dig at mentalisere, så du lærer at bevare evnen til at tænke og handle under indre og ydre pres.

Teorioplæg. Alle kursusdage indledes med oplæg om centrale begreber og deres praktiske anvendelse.

Supervision (SUP) foregår i gruppe med 6-7 deltagere og en konsulent. Opgaven er at arbejde med deltagernes organisatoriske problemstillinger og rolledilemmaer gennem bl.a. rollespil, opstillinger og reflekterende team. Gruppens arbejde indledes med rolleanalyse for hver deltager.

Personlig mentaliseringsgruppe (PMG) består af 6-7 deltagere og en konsulent. Opgaven er aktivt at deltage i en mentaliseringstrænende dialog i gruppen. Vi arbejder med tillidsopbygning, emotionel validering, regulering af arousal og perspektivskift, og vi inddrager hændelser med mentaliseringssvigt fra deltagernes hverdag og ud fra hændelser, der opstår i gruppen.

Refleksionsgruppe. I refleksionsgruppen mødes hele holdet for at dele den læring, de tanker og følelser, som vi hver især har her-og-nu og har haft i løbet af dagens arbejde. Formålet er at give mulighed for også at skabe læring gennem andres læring.

Videooptagelse vil blive anvendt i mentaliseringstræningen.

MÅLGRUPPE

Uddannelsen har relevans for videbegærlige og handlingsorienterede ledere, fagspecialister, nøglemedarbejdere og konsulenter både i private og offentlige organisationer.

- Til dig, hvor relationer er det helt centrale i dit arbejde.
- Til dig, der har ansvar for og møder mennesker fra mange dele og niveauer i organisationen.
- Til dig, der arbejder gennem andre.
- Til dig, der ønsker at kunne rumme mange perspektiver på én og samme tid uden at forstyrrende følelser får overtaget.
- Til dig, der har brug for balance mellem refleksion og handledygtighed.
- Til dig, der vil prioritere fælles undersøgelse og ønsker frugtbare perspektiver snarere end fastlåst konflikt.

Kurset er et selvstændigt kursus og kan også være et supplement til øvrige IGA-uddannelser.

INDHOLD

18. sep./Dag 1	Introduktion. Læringskoncept. Det teoretiske fundament: Psykodynamisk organisationspsykologi og mentalisering 1
19. sep./Dag 2	Det teoretiske fundament: Psykodynamisk organisationspsykologi og mentalisering 2
26. sep./Dag 3	Den mentaliserende kultur i organisationen. Teori og praksis. Kontekstens betydning.
24. okt./Dag 4	Ydre og indre pres og krav i organisationen: Konfliktløsning.
14. nov./Dag 5	Mentaliserende relationer i netværket. Netværksanalyse.

28. nov./Dag 6 Mentaliserende forandringsledelse: Hvilke forandringer kan jeg implementere og med hvilket formål? Effekten af kursusforløbet: Hvordan er det gået med mig og min mentalisering siden start? Afslutning.

PRAKTISKE FORHOLD

Pris 31.000 kr. ekskl. moms.

Prisen dækker undervisningsudgifter, grundbog samt kaffe/te & croissant, frokost og eftermiddagssnack.

Sted Institut for Gruppeanalyse København
c/o Psykiatrifonden
Hejrevej 43, 2. sal
2400 København NV

Ankomst og mulighed for morgenmad fra 8:30 (inkluderet i prisen). Undervisning begynder kl. 9:00 og slutter kl. 16:15.

Tilmelding Senest d. 15. august 2025.

Tilmelding er økonomisk bindende. Tilmeldte deltagere hæfter for betaling af det fulde deltagergebyr, også ved evt. ophør på kurset. Ved frmelding efter optagelse og inden kursets start pålægges et administrationsgebyr på 2.500 kr.

Ret til justeringer af programmet forbeholdes, ligesom kurset kan ændres eller aflyses ved for få tilmeldinger. Ved aflysning refunderes det fulde beløb.

Du vil modtage et certifikat som bevis for deltagelse.

OM UNDERVISERNE

Ulla Charlotte Beck, MBL-kursusleder, Cand.mag. i statskundskab og psykologi. Efteruddannet inden for organisationspsykologi, psykoanalytisk gruppeterapi, mentalisering, pædagogik samt administration og ledelse. Arbejdet med organisationspsykologi siden 1982 og egen konsulentvirksomhed siden 1988. Har været tilknyttet Institut for gruppeanalyse som lærer siden 1992, ekstern lektor på MPO, Roskilde Universitet. Forfatter til flere organisationspsykologiske bøger og artikler.

Torben Heinskou, Speciallæge i psykiatri. Godkendt som specialiseret psykoterapeut og supervisor (Dansk Psykiatrisk Selskab og Dansk Psykolog Forening) og i mentaliseringsbaseret terapi (MBT) (Institut for Mentalisering). Konsulent i RHP og Region Sjælland. Censor ved Københavns Universitet. Freelance praksis, konsulent. Uddannet i gruppeanalytisk psykoterapi (GAPU) og Organisationspsykologisk Kurset (OPU) ved IGA København.

Anette Højgaard Jønson, MBL-kursusleder, cand.merc.int., Master i Organisationspsykologi. Selvstændig ledelsesrådgiver, ekstern lektor på MPO, Roskilde Universitet. Tidligere leder i private og offentlige organisationer. Efteruddannet i bl.a. gruppeanalytisk psykoterapi, bestyrelsesarbejde, analytisk coaching, mv. Bestyrelsesmedlem i IGA København, NAPSO, medlem af ISPSO og OPUS.

Tilknyttet lærerstaben:

Vivian Mandøe, Master i Organisationspsykologi, MPO. Vivian Mandøe er chefkonsulent i HR Strategi & Udvikling i Fødevarestyrelsen. Hun har firmaet VM Erhvervspsykolog www.vivianmandoe.dk, der løser ledelsesopgaver for offentlige og private kunder. Tidligere ansat i Danske Bank Groupe HR, Forsvaret og Københavns Amt. Af uddannelse har hun MPO fra RUC samt været ekstern konsulent på uddannelsen. Mentaliseringsbaseret gruppeterapi & Konsulentuddannet fra IGA, Diplom i pædagogik Århus Uni. & Sygeplejerske BBH.

Emma Beck har en ph.d. og en MSc i psykologi fra Københavns Universitet samt en MRes.psych fra University College London. Hun har publiceret internationalt om mentaliseringsbaseret behandling, og har i dag fortsat tilknytning til et internationalt forskningsmiljø. Hun er klinisk autoriseret psykolog og specialist i psykoterapi med mere end 15 års erfaring. I sin virksomhed varetager hun terapeutiske forløb samt undervisnings, supervisions- og konsulentopgaver, ofte forankret i en mentaliseringsbaseret forståelse af vanskeligheder og udviklingspotentialer.

MBL, Institut for Gruppeanalyse København, 2025