

Indledning

1. Hjernens natur

Forholdet mellem arv og miljø

Mennesker har et biologisk beredskab til at deltage i kulturen

Arv er miljøpåvirkelig

Sårbarhed og miljøpåvirkning

Genernes betydning

Den hierarkiske hjerne

Krybdyrhjernen

Den ældre pattedyrs hjerne

Den nye pattedyrs hjerne

2. Den ”brugervenlige” hjerne

Hjernens udvikling

Mulighedernes vindue

Top-down- og bottom-up-processer

Udviklingsstadier, udviklingslinjer eller mentale organiseringer

Mentale, hierarkiske organiseringsniveauer

Konsekvenser af understimulering

3. Hjernestammen og lillehjernen

Den basale kropssansende og affektregulerende hjerne – krybdyrhjernen

Aktiveringssystemet

Det autonome nervesystem

Det sympatiske nervesystem

Det parasympatiske nervesystem

Kranienerverne

Den polyvagale teori

Det hierarkiske vagussystems modning

Det primitive vagussystem

Smart-systemet

Den vagale bremse

Lillehjernen (cerebellum)

4. Den motoriske og følende hjerne

Mellemhjernen

Thalamus

Basalganglierne

Hypothalamus

Det limbiske system

Amygdala
Amygdala og kindling
Hippocampus
Hippocampus og stressfølsomhed

5. Den tænkende hjerne

Gyrus cinguli
Parietallapperne
PTO-området
Insula
Præfrontal cortex

6. Højre og venstre hjernehalvdel

Højre hjernehalvdel
Venstre hjernehalvdel
Sprogfunktionerne
Hjernebjælken og commissurerne
Modningen af højre og venstre hjernehalvdel
Lateralisering, bevidsthed og traumatisering

7. Vores evne til samhørighedsoplevelser

Hjernens storslåede symfoni
 Integration af hjerne kredsløb
 Hjernebølger
Selvorganisering
 Selvorganiseringens base – den fysiobiologiske regulering
Dannelsen af samhørighedsbånd
 Grundlaget for følelsesmæssig udveksling
 Reguleret interaktion
 Imitation, før sproglige konversationer og affektiv afstemning
 Andres sindsstemninger og intentioner
Spejlneuroner og affektspejling
 Spejlneuronerne kredsløbsforbindelse
 Spejlneuroner og sprog
 Den sociale biofeedback teori

8. Samhørighedens betydning

Tilknytning, relation og gensidig kommunikation
 Medfødte kommunikationssystemer
 Samspillet mellem medfødt temperament og kommunikation

Gensidige transaktioner og mikrosamspil
Fysisk og psykisk regulering
Imitationens betydning for personlighedsudvikling
Nonverbale dialoger
Følelsesmæssig afstemning
Engagement og manglende engagement
Fejlfølelse, selektiv afstemning og manglende afstemning
Kærlighed og glæde
Blikkontaktens betydning for kommunikation
Udvikling af opmærksomhedsfunktioner
Nærmeste udviklingszone og betydningen af forældrenes forestillinger

9. Samspillet betydning for hjernens udvikling

De skjulte regulatorer
Udforskning og tilknytningsadfærd
Det biologiske beredskab for kommunikation
Vitalitets- og kategorialfølelser
Udvikling af indre forestillingsbilleder
Fra ydre regulering til nervesystemets selvorganisering
Optimal frustration og nervesystemet udvikling
Tidlige samspilserfaringer som grundlag for mentaliseringsevne
Udvikling af selvbeskyttelsesstrategier

10. Barnets psykiske udvikling gennem samhørighedserfaringer

Fornemmelsen af væren i verden – 0-2 måneder
Interaktion og nonverbal kommunikation - 2-6 måneder
Fra interaktion til relationsdannelse – 6-12 måneder
Den begyndende socialisering – 12-18 måneder
Udvikling af verbal og kognitiv bearbejdning – 1 ½ - 2 år
Forståelse af andres sind og fortællinger – 2-4 år
Udvikling af symboliseringsevne – 4-7 år
Udvikling af abstraktion og logisk tænkning – 7-13 år
Individuationen – pubertet

11. Mangel på gode samhørighedserfaringer

Fejlreguleringsmønstre
Barnets tilknytningsadfærd og relationsstrategier i forbindelse med fejlregulering
Tilknytningsadfærd
Ainsworths tilknytningsmønstre
Fejlreguleringsmønstrets betydning for udvikling af evnen til at kommunikere
Relationsforstyrrelser som psykiske risikotilstande

Spædbarnets reaktion på utrygge tilknytningsmønstre
De rumænske institutionsbørn

12. Konsekvensen af utrygge relationer

Neurotransmitterreguleringen i utrygge relationer
Det autonome nervesystem som stressregulator
Den polyvagale teori
Stressresponsystemerne
Cortisolregulering
Udvikling af stresstolerance
HPA-system og tilknytningsmønstre
Konsekvensen af et kronisk ubalanceret stressresponsystem
Nervesystemets reaktion på voldsomme fejlafstemninger
Manglende selvregulering og opmærksomhedsforstyrrelser
Fejlregulering i barnets mentale organiseringer

13. Psykoterapi og samhørighed

Den selvorganiserende hjerne og den terapeutiske forandringsproces
Psykobiologisk regulering og limbisk resonans
Improvisationsprocessen
”Holding” og “containing”
Aktivering af indre forestillingsbilleder
Terapeuten som ansvarlig for den psykoterapeutiske proces
Mulighederne i den psykoterapeutiske proces

14. Psykoterapi med voksne

Fleksibilitet og integration – nervesystemets ændringspotentiale
Intervention i det autonome nervesystem
Intervention i det limbiske system
Intervention i præfrontal cortex
Integration af hukommelsesnetværk og sproglige fortællinger
Bottom-up- og top-down-intervention

15. Psykoterapi med børn og familier

Dynamisk system teori
At skabe sammenhæng i et usammenhængende miljø
Familiesystemet
Vurderinger af familiesystemet
Intervention i familiesystemet
Psykoterapi med børn

Børneterapi med svært tilknytningsforstyrrede børn med vanskeligheder på det autonome niveau

Børneterapi med relationsforstyrrede børn med vanskeligheder på det limbiske niveau

Børneterapi med neurotiske børn med vanskeligheder på det præfrontale niveau

Miljøterapi

Forældresamarbejde

Betydningen af den primære tilknytning og overføring af primær omsorgsperson

Kompenserende strategier

Afslutning