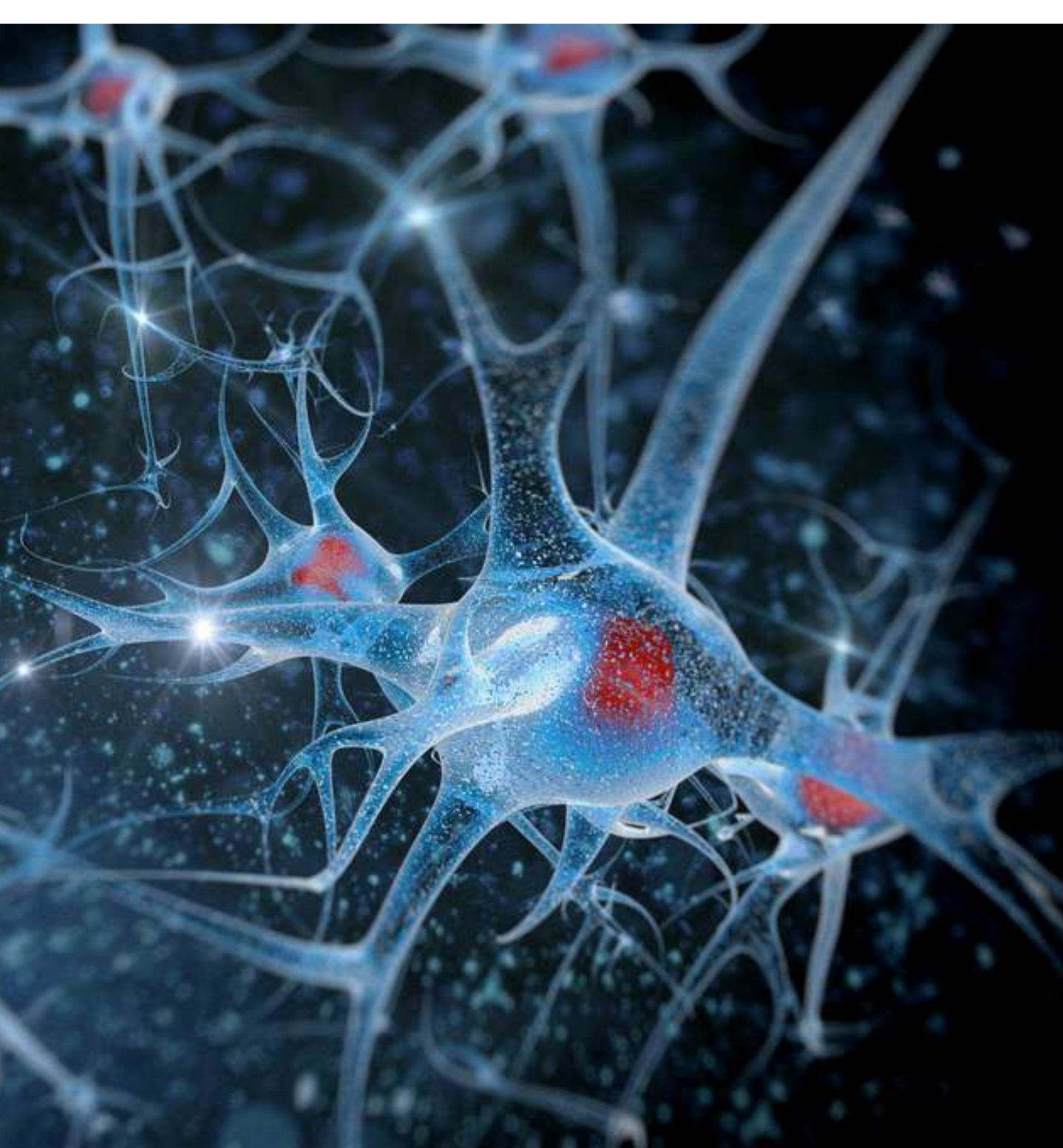




# mBraining

Ett spännande nytt  
komplement till  
traditionell coaching



## **mBRAINING HAR KOMMIT TILL SVERIGE!**

Neurovetenskapen har bevisat, att vi inte bara har en utan tre hjärnor! Förutom hjärnan i huvudet har vi även en hjärna i våra hjärtan och i vårt tarmsystem. Det är ju intressant, men vad kan man egentligen använda det vetandet till?

Den frågan ställde sig Marvin Oka och Grant Soosalu och genom att kombinera den senaste forskningen inom neurovetenskap med deras mångåriga expertis med beteendemodellering, har de skapat en kraftfull modell för hur intelligens i alla tre hjärnor kan nås och användas optimalt.

Deras bok 'mBraining – Using Your Multiple Brains To Do Cool Stuff' publicerades 2012 och har tagit världen med storm. mBIT står för multiple Brain Integration Techniques och är en samling redskap och tekniker som omvandlar teorin i mBraining till praktik. Du har nu möjlighet att utbilda dig till mBIT Coach på Unestål Education.

Christel Land är den enda mBIT Trainer som undervisar på svenska. Hon har lärt mBIT direkt från skaparna av detta nya spännande fält och har därför en djup förståelse både för den teoretiska bakgrunden och för den praktiska användningen av teknikerna.

Njut, och låt dig inspireras.

Christel



Christel Land,  
mBIT Trainer

## ANVÄND *m*BRAINING PROFESSIONELLT – BLI *m*BIT COACH!

Om du tycker att allt detta låter spännande och är något som kunde komplettera ditt arbete med människor, så är *m*BIT Coach-certifieringen något för dig. *m*BIT kan användas vid många olika problemställningar, t.ex. med människor som:

...verkar som att de vet vad de vill, men har svårt att agera efter deras mål.

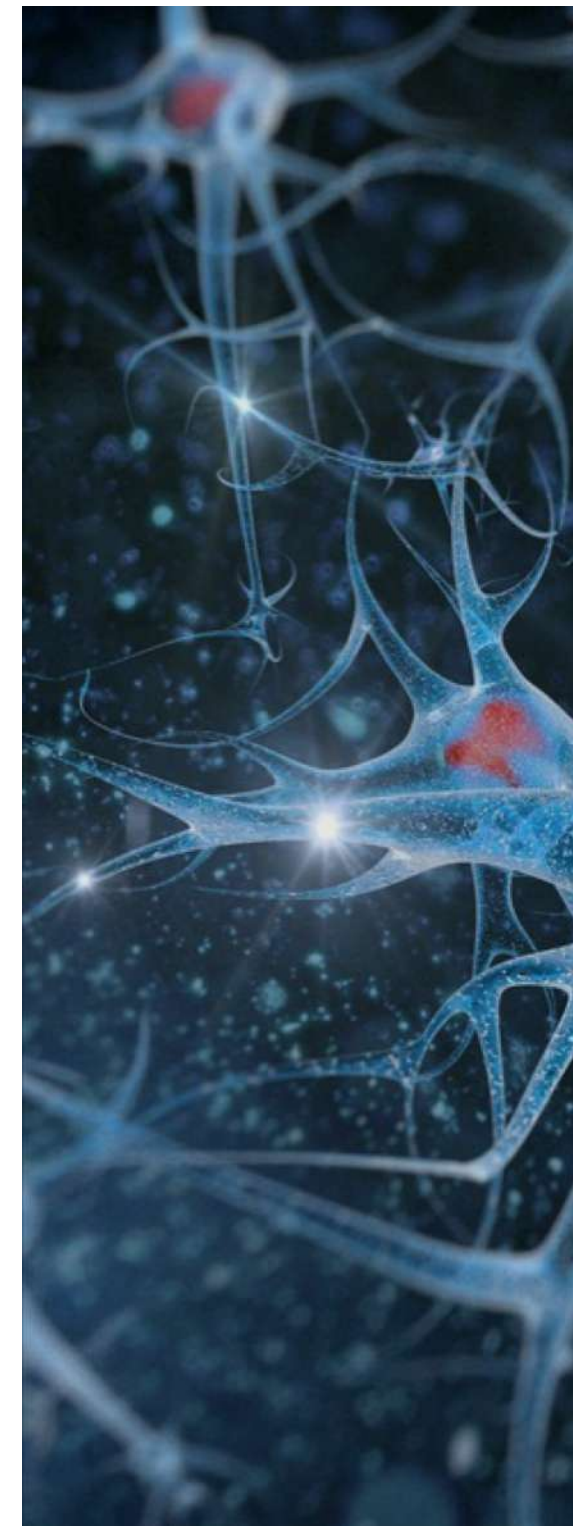
...har en intern konflikt mellan deras tankar, känslor och handlingar.

...har oönskade vanor som de kämpar med att bryta.

...har svårt att ta beslut.

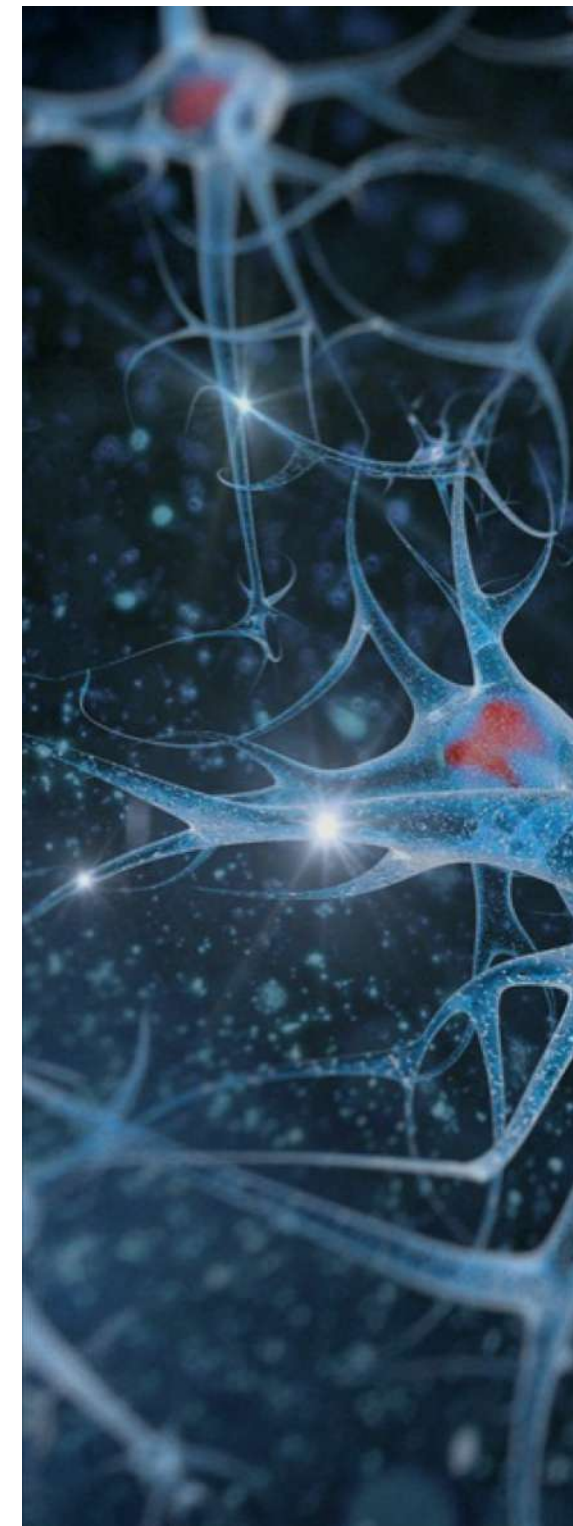
...är väldigt bekymrade om risker i det de gör, oavsett om det är privat eller arbetsmässigt.

*m*BIT är ett effektivt sätt att bearbeta dessa och många andra typer av problemställningar. Som *m*BIT Coach lär du dig att hjälpa andra att komma i ett mer kongruent tillstånd med sig själva och deras tre olika intelligenser i huvud, hjärta och mage. När personens tankar, känslor och instinkter är överrensstämmande, kan han/hon ta bra beslut utan rädsla eller tillbakahållenheter för att agera. Det är den process som *m*BIT Coach-certifieringsförloppet lär dig.



## MER PRECIST LÄR DU DIG:

- Hur **neurovetenskapen** har bevisat att vi har tre hjärnor och hur dessa upptäckter bekräftar gammal visdom och traditioner.
- Hur man bäst utnyttjar sina **medfödda intelligenser och visdom**
- En rad effektiva och enkla tekniker som tillsammans kallas **'multiple Brain Integration Techniques'**, eller *mBIT*
- De **9 primära funktionerna** av huvud, hjärta och mage och hur de var för sig bidrar med olika färdigheter och intelligenser.
- De **5 typerna av neurala begränsningar**, som även kallas NICs (kort för Neural Integration Constraints), som ger en djup förståelse för hur de tre hjärnorna kan skapa interna konflikter och hur man kan arbeta igenom begränsningarna.
- Hur man balanserar det autonoma nervsystemet genom **balanserad andning**, som bl.a. snabbt reducerar stress.
- Hur du aktivt kan använda neurala integrationsförstärkare för att göra integrationen mellan de tre intelligenserna ännu starkare.
- En grundlig förståelse för **varje hjärnas kärnkompetenser** och hur de kommer till uttryck när det autonoma nervsystemet är i obalans. Det är ett viktigt redskap för att kunna diagnostisera var en obalans kommer ifrån och hur man på bästa och mest effektiva sätt återskapar balansen.
- Tekniken **"Neural Syntax Mapping"**, så du snabbt kan kartlägga en persons neurala syntax och därmed bättre förstå hur blockeringar och konflikter uppstår.
- Det som kallas **"mBIT Foundational Sequence"**, vilken är den grundläggande sekvensen som de flesta människor utnyttjar sin intelligens igenom. Genom att arbeta med deras intelligens i den riktiga sekvensen kan man uppnå mer effektiva resultat.
- Att känna igen och övervinna **15 typer av neurala integrationsblockeringar**, som hindrar att intelligensen från de tre hjärnorna arbetar tillsammans på bästa sätt.

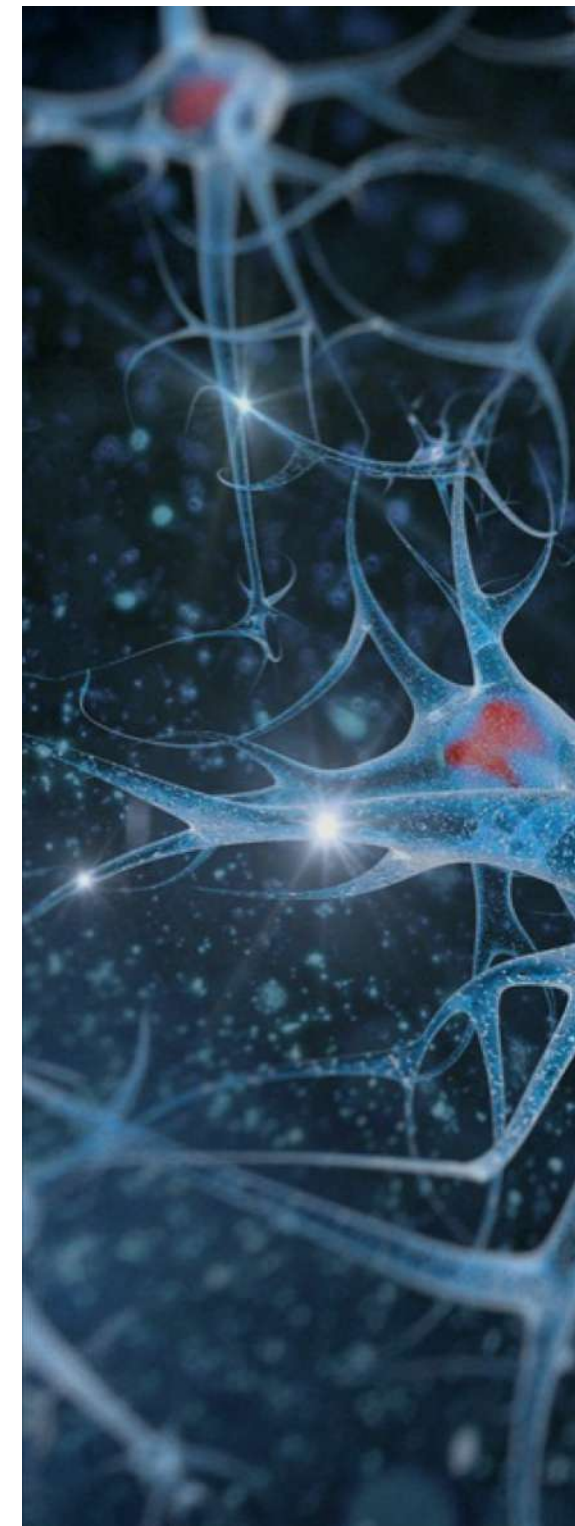


## FÖRUTOM ALLT DETTA GER UTBILDNINGEN DIG ÄVEN:

- Ditt eget exemplar av boken 'mBraining: Using Your Multiple Brains To Do Cool Stuff'
- Möjligheten att bli facilitator för online-kursen 'Loving Your Life', som du kan erbjuda dina egna klienter. Det är ett nätbaserat självutvecklingsprogram som ökar kännedomen till mBIT och som bygger intresset för en-till-en coaching.
- Möjligheten att bli listad som coach på den globala och regionala hemsidan så att personer som letar efter mBIT-coaching kan hitta dig.
- Tillgång till den privata Facebookgruppen för mBIT-Coaches på världsplan, där du kan utvidga ditt professionella nätverk och hålla dig uppdaterad med den senaste forskningen inom neurovetenskapen.
- Möjlighet att ta utbildningen som mBIT Coach Trainer så att du själv kan utbilda coaches.

## VEM ÄGNAR SIG UTBILDNINGEN FÖR?

Svaret är enkelt – alla som jobbar med människor. Det kan t.ex. vara alla typer av coaches, terapeuter, undervisare, konsulenter, ledare eller mentorer. Vi förutsätter att du redan känner till det grundläggande i att jobba med människor. Vi bygger vidare på de färdigheterna och ger dig en djup kännedom till mBITs redskap, som du kan anpassa till ditt eget arbete. mBITs redskap kan användas som fristående tekniker eller som komplement till en lång rad andra redskap och tekniker.



## **VAD ANDRA SÄGER OM UTBILDNINGEN**

*“Med kunskapen och de verktygen som utbildningen ger så möjliggörs ett beslutsfattande för resultat på helt nya oväntade höjder.”*

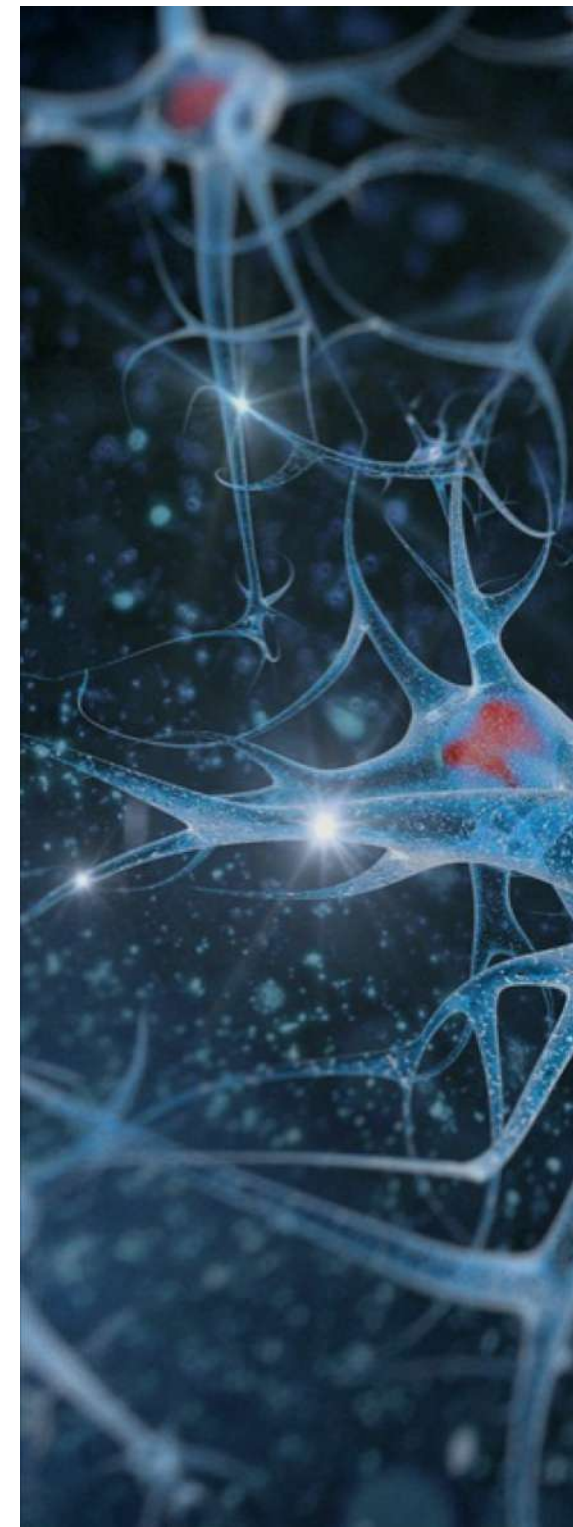
**SUSANNE WIDÉN, CERTIFIERAD COACH**

*“Ett fantastiskt och användbart verktyg för att samla hjärna, hjärta och mage till visdom för dig själv och dina klienter. Jag kunde använda mBIT på första dagen tillbaka i kliniken och klienten lämnade sessionen lugn, fridfull och lätt. mBIT funkar.”*

**BJARNE DAM LARSEN, LEG PSYKOTERAPEUT**

*“Om du vill bli mer kongruent/balanserad och/eller jobbar med coaching så är detta ett bra komplement. Christel är kunnig och en mycket bra pedagog.”*

**CHRISTINA AHLERUP, NLP TRAINER**



Utbildning på Unestål  
Education:  
25-28 maj 2022

(Krävs deltagande av  
minst 8 personer för att  
utbildningen blir av)

