



EFT-instituttet  
Emotions-Fokuseret Terapi

# Studieordning af august 2011

Version April 2016

## Den 4-årige psykoterapeutuddannelse i Emotions-Fokuseret Terapi

På vegne af EFT-instituttet

Instituttleder



## INDHOLDSFORTEGNELSE

|   |        |
|---|--------|
| 1. Introduktion til den Emotions-Fokuserede Terapi på EFT-instituttet .....           | - 4 -  |
| 2. Uddannelsens formål .....  | - 6 -  |
| 3. Uddannelsens kompetencemål .....   | - 6 -  |
| 4. Uddannelsens indhold .....   | - 7 -  |
| 4.1. EFT-instituttets terapisynd .....  | - 7 -  |
| 4.2. Uddannelsens teoretiske dimension.....   | - 8 -  |
| 4.2.1. Teori og metode .....  | - 8 -  |
| 4.2.2. Psykologiske temaer og teorier .....   | - 9 -  |
| 4.2.3. Eksistentielle tilværelsesperspektiver .....                                   | - 9 -  |
| 4.2.4. Psykiatri og psykoterapi.....  | - 10 - |
| 4.2.5. Etik og psykoterapi .....  | - 10 - |
| 4.2.6. Foredrag.....  | - 10 - |
| 4.3. Uddannelsens personlige dimension .....  | - 10 - |
| 4.3.1. Supplerende individuel terapi – krav til omfang og tidsmæssig placering: ..... | - 11 - |
| 4.4. Uddannelsens praktiske dimension .....   | - 11 - |
| 4.4.1. Supplerende terapeutisk træning.....   | - 12 - |
| 4.5. Uddannelsens etiske dimension.....   | - 13 - |
| 5. Uddannelsens struktur.....   | - 13 - |
| 5.1. Uddannelsesår – undervisningsmoduler – undervisningsdag - internater.....        | - 13 - |
| 5.2. Holddannelse og koordinerende underviser .....                                   | - 13 - |
| 5.3. Procesgrupper og studiegrupper .....   | - 14 - |
| 5.4. Eksaminer og evalueringer .....  | - 14 - |
| 5.4.1. Uddannelsens 5 eksaminer.....  | - 14 - |



|  |        |
|--|--------|
| 5.4.2. Uddannelsens 4 strukturerede evalueringer.....  | - 16 - |
| 5.4.3. Censorkorps .....   | - 16 - |
| 5.5. Uddannelses- og eksamensbeviser .....   | - 17 - |
| 5.6. Studietid .....   | - 17 - |
| 5.7. Orlov .....   | - 17 - |
| 5.8. Optagelseskriterier, herunder muligheder for at opnå merit.....   | - 18 - |
| 6. Beskrivelse af de enkelte uddannelsesår .....   | - 18 - |
| 6.1. 1.uddannelsesår .....   | - 18 - |
| 6.2. 2.uddannelsesår .....   | - 20 - |
| 6.3. 3.uddannelsesår .....   | - 21 - |
| 6.4. 4.uddannelsesår .....   | - 23 - |
| 8. Vejledende Studieplaner og Vejledende Litteraturliste .....   | - 26 - |
| 9. Oversigt over uddannelsens samlede lektionsantal og fordeling.....  | - 26 - |
| 9.1. Uddannelsens lektionsantal .....  | - 26 - |
| 9.2. Fordelingen af uddannelsens lektioner på kategorierne 'teori og metode, herunder færdighedstræning', 'egenterapi/selvrefleksion' og 'supervision' ..... | - 27 - |



## 1. Introduktion til den Emotions-Fokuserede Terapi på EFT-instituttet

Emotions-fokuseret terapi (EFT), også betegnet som proces-oplevelsesorienteret terapi, hviler på et neohumanistisk menneskesyn og den fænomenologiske metode. EFT integrerer aktive metoder fra gestaltterapien og andre humanistiske terapier indenfor rammen af en personcentreret relation. Dette genererer en kreativ spænding mellem den personcentrerede tilgangs vægt på at skabe en genuin, empatisk og anerkendende terapeutisk relation (Carl Rogers) og den aktive, opgavefokuserede proces-guidende stil, der karakteriserer gestaltterapien (Fritz Perls) og fokusering (Eugene Gendlin). Derudover opdaterer EFT disse oplevelses- og procesorienterede terapier, ved at inkorporere nutidig emotionsteori, affektiv neurovidenskab, dialektisk konstruktivisme og nutidig tilknytningsteori<sup>1</sup>.

EFT er en empirisk velunderbygget psykoterapi. Den er baseret på et 35-årigt forskningsprogram i psykoterapeutiske processer og effektundersøgelser. Det begyndte med undersøgelser med henblik på at udvikle og teste mikro-proces-modeller af de trin, klienter typisk går igennem for at løse terapeutiske opgaver. Derefter fulgte undersøgelser af terapeut-responser og af de oplevelser indenfor en terapisession, som var hjælpsomme for klienter. De sidste 20 år har fokus for forskningen primært været effektundersøgelser, komplementeret med proces-effekt forudsigelses undersøgelser, kvalitative undersøgelser og casestudies<sup>2</sup>. EFT er - som den første og eneste terapiform indenfor den humanistisk eksistentielle (oplevelsesorienterede) psykoterapeutiske tradition – blevet anerkendt som evidensbaseret, og markerer sig stadigt stærkere i såvel USA og Canada som i Europa og Asien.

EFT'ens primære ophavsmand er Leslie S. Greenberg, der indtil for nylig var 'Professor of Psychology' ved York University i Toronto, Canada og leder af 'Psychotherapy Research Center' ved samme universitet. Han er en af de mest fremtrædende forskere indenfor den oplevelsesorienterede psykoterapeutiske tradition og anses for en af verdens ledende autoriteter i arbejdet med emotioner i psykoterapi. Han er en af grundlæggerne af 'the Society of the Exploration of Psychotherapy Integration (SEPI)' og tidligere præsident for 'the Society for Psychotherapy Research (SPR)'. Greenbergs integrative arbejde nyder stor anerkendelse blandt praktikere fra forskellige 'lejre' indenfor det psykoterapeutiske felt, heriblandt den kognitiv-adfærdsterapeutiske, den interpersonelle, den psykodynamiske og den løsningsfokuserede.

---

<sup>1</sup> Elliott, Robert (2012). Emotion-focused therapy, i: Sanders, Pete. *The tribes of the person-centred nation: an introduction to the schools of therapy related to the person-centred approach* (2nd ed.). Ross-on-Wye: PCCS Books. pp. 103–130.

<sup>2</sup> ibid



I den emotions-fokuserede terapi vægtes det trygge, empatiske rum og den gode relation mellem terapeut og klient altså højt og anses som en forudsætning for et udbytterigt terapeutisk arbejde. Terapeuten følger og spejler klienten fra øjeblik til øjeblik, og når det relationelle niveau anses for veletableret, skærpes fokus på en mere aktivt guidende interventionsform fra terapeutens side. EFT'ens specifikke interventionsmodeller har vist sig yderst effektive i transformationen af svære følelser og uhensigtsmæssige mønstre i klientens liv.

EFT anser emotioner, følelser, for at være vort indre navigationssystem, der fortæller os, hvad der er vigtigt " her og nu", hvad vi har behov for, og hvordan vi har brug for at handle i overensstemmelse med situationen.

Terapiformen fokuserer på at hjælpe mennesker med at blive opmærksomme på og udtrykke deres følelser, at lære at acceptere og regulere dem, at kunne reflektere over dem for at danne mening og at kunne transformere dem.

Den emotions-fokuserede terapi er teoretisk velunderbygget og meget systematisk opbygget, hvilket i et pædagogisk og uddannelsesmæssigt perspektiv, gør den let og overskuelig at formidle og forstå.

Den udmærker sig blandt andet ved den videnskabeligt velunderbyggede emotionsteori, der helt unikt beskriver både de følelser, vi er født med, de forskellige niveauer og kategorier af følelser, vi udvikler gennem opvæksten, og de 'mønstre' for forløbet af vores emotionelle processer, vi danner i forbindelse med vores konkrete opvæksterfaringer. Teorien giver terapeuten en god mulighed for at differentiere de emotionelle udtryk og processer, klienten præsenterer, for således at kunne være hjælpsom i forhold til at støtte hans/hendes forandringsproces.

Et andet centralt element er begrebet case-formulering, som er et vigtigt og systematisk redskab for terapeuten til at organisere informationer og få overblik over klientens proces, således at opmærksomheden skærpes og fokus lægges på det, der er meningsfuldt for klienten her og nu, fra øjeblik til øjeblik.

På EFT-instituttet har vi valgt at supplere den emotions-fokuserede terapies eksistentielle og reflek-sive dimensioner med et mere eksplicit og uddybet eksistensfilosofisk tilværelsesperspektiv ud fra den tanke, at vi ud over at være enkelt individer med hver vores emotionelle bagage også indgår i en større sammenhæng, hvor vi uundgåeligt er underlagt nogle fællesmenneskelige betingelser: De eksistentielle grundvilkår. Med uddybningen af det eksistensfilosofiske perspektiv skærpes EFT'ens refleksive niveau, som vi anser for at være af stor betydning for den personlige proces.



## 2. Uddannelsens formål

Formålet med den 4-årige uddannelse på EFT-instituttet, er at uddanne psykoterapeuter, der kan udøve Emotions-Fokuseret Terapi på et fagligt og etisk højt niveau. Hensigten med uddannelsen er således

- At udvikle de studerendes personlige, relationelle, teoretiske, metodiske og refleksive kompetencer
- At bibringe de studerende en høj etisk bevidsthed i udøvelsen af psykoterapi og/eller andre praksisser, hvor den personlige kontakt med mennesker er central.
- At øge de studerendes evne til kritisk anvendelse af teori og metode, således at de i deres fremtidige virke kontinuerligt inddrager og forholder sig til ny viden og erfaring.

Den overordnede hensigt er udmøntet i delmål for hhv. uddannelsens 1. og 2. år, samt uddannelsens 3. og 4. år.

## 3. Uddannelsens kompetencemål

***Målet for uddannelsens første to år er overordnet, at den studerende udvikler sine personlige, kommunikative og relationelle kompetencer, ved at***

- få opmærksomhed på og opnå bevægelighed i egne psykologiske mønstre og selvorganiserende processer
- få kendskab til og forståelse for de dynamiske processer, der influerer på menneskesindet, og potentielt kan skabe grundlag for menneskelig udvikling
- udvikle evnen til at indgå i og acceptere emotionelle situationer og tage personligt ansvar
- udvikle evnen til at kunne forholde sig afgrænset og empatisk til andre
- integrere teoretisk indsigt og det konkret oplevede i det terapeutiske rum
- tilegne sig en forståelse af den fænomenologiske dialog og empatisk kommunikation, og blive i stand til at praktisere disse i kontakten med medstuderende og i træningssituationer

***Målet for uddannelsens sidste to år er overordnet, at den studerende videreudvikler sine terapeutiske kompetencer, ved at***

- udbygge sin forståelse af, hvad det vil sige, at arbejde ud fra den emotions-fokuserede terapeutiske metode
- udvikle sin forståelse af den terapeutiske relation og den terapeutiske proces
- udvikle sin evne til at anvende empatisk kommunikation bevidst og nuanceret i den terapeutiske proces
- udvikle sin evne til at påtage sig og bevare et terapeutisk lederskab



- tilegne sig færdigheder i at opfange markører<sup>3</sup> i en terapeutisk proces, og i at anvende specifikke terapeutiske interventionsmetoder og teknikker
- udvikle sin evne til at danne og håndtere faglige hypoteser, procesdiagnoser og 'case' formuleringer
- udvikle sin evne til at reflektere over og begrunde valg og fravalg af forskellige specifikke interventionsmåder og teknikker i en given terapeutisk situation, i et givent øjeblik med en given klient
- udvikle en bevidsthed om og evnen til at bedømme indikation og kontraindikation for at tilbyde og udøve Emotions-Fokuseret Terapi overfor en given klient på et givent tidspunkt
- opnå en forståelse af de muligheder og begrænsninger, der er forbundet med den Emotions-Fokuserede Terapi og psykoterapi generelt i forhold til sundhed /sygdom og etik.

## 4. Uddannelsens indhold

### 4.1. EFT-instituttets terapisynt

EFT-instituttet anser, med Jette Fogs ord<sup>4</sup>, psykoterapi for primært at være et mellemmenneskeligt anliggende.

I forlængelse heraf betragtes psykoterapi snarere som en avanceret, fint tunet håndværksmæssig professionsudøvelse, end som en teoretisk, akademisk disciplin. 'Værktøjet' er terapeuten selv, og udøvelsen kræver derfor først og fremmest stor selvindsigt samt personlige, relationelle og terapeutiske kompetencer.

Dette terapisynt afspejles såvel i uddannelsens indhold og opbygning, som i uddannelsens undervisnings-, eksamens- og evalueringspraksisser.

Udover udviklingen af de personlige, relationelle og terapeutiske kompetencer, vægtes det i uddannelsen, at de studerende opbygger et solidt, forskningsbaseret teoretisk og metodisk vidensfundament. Et sådant fundament anses som helt væsentligt for, at faget kan udøves på et kvalificeret grundlag, og i forlængelse heraf at 'good practice' forudsætter, at terapeuter kontinuerligt holder sig opdateret om den nyeste viden på feltet og justerer deres praksis i forhold hertil.

Da psykoterapi er gennemsyret af etiske problemstillinger, udfordringer og dilemmaer såvel i den konkrete terapeutiske relation i ethvert givent øjeblik, som på det mere overordnede/generelle/formelle niveau, er udviklingen af bevidstheden om og evnen til at navigere i forhold til disse etiske dimensioner ligeledes central i uddannelsesforløbet

---

<sup>3</sup> specielle udsagn fra klienten, som undersøgelser har vist, indikerer specielle typer af dysfunktionelle processer, der kan afdækkes og løses på specifikke måder. jf. Leslie S. Greenberg, 2002, 2006 m.fl.

<sup>4</sup> Fog, 1998, s. 44



Ovenstående indebærer, at uddannelsen er 4-dimensional, i den forstand, at den indeholder både en teoretisk, en personlig, en praktisk og en etisk dimension. For overblikkets skyld beskrives disse fire dimensioner i det følgende hver for sig, skønt de i praksis er indvævet i hinanden.

## 4.2. Uddannelsens teoretiske dimension

Uddannelsens teoretiske dimension har flere sigter:

- dels at inspirere og understøtte den enkeltes personlige udvikling,
- dels at den studerende opbygger et velfunderet teoretisk og metodisk videns fundament som grundlag for sin praksis
- og endelig at den studerende får træning i at reflektere over, justere og perspektivere egen terapeutisk praksis i forhold til feltets akkumulerede, generaliserede viden (forskningsbase-rede teori og metode).

Den teoretiske dimension er herunder opdelt i følgende fem underafsnit: teori og metode, psykologiske temaer og teorier, eksistentielle tilværelsesperspektiver, psykiatri og psykoterapi samt foredragsrække.

For at se en oversigt over fordelingen af indholdet over uddannelsesforløbet: gå til afsnit ' 8. Vejledende Studieplaner' nedenfor.

### 4.2.1. Teori og metode

Den Emotions-Fokuserede Terapis teori, metode, begreber og teknikker udgør hovedparten af undervisningen.

- EFT's historiske og teoretisk-metodiske rødder og det videnskabelige grundlag
- EFT's humanistiske, eksistentielle menneskesyn og neohumanistiske perspektiv
- Emotionsteori
- EFT's perspektiver på selvet og psykologisk dysfunktion (dialektisk konstruktivisme)
- Fænomenologisk og hermeneutisk metode
- Empatisk kommunikation
- Psykoterapiens hovedtraditioner, og psykoterapibegrebets udvikling
- Psykoterapiforskning og evidensbaseret psykoterapi
- Evaluering og rapportering
- Den terapeutiske relation
  - Som kernebetningelse og som kerneintervention
  - Magtaspektet og den etiske fordring
  - Køn og seksualitet
  - Overføring og modoverføring. Som fænomener og teoretiske begreber
- Den terapeutiske proces
  - Elementer i den terapeutiske proces
  - Relations- og opgaveniveau
  - Faser i en terapisession og et terapiforløb





- Markører og specifikke interventionsmodeller. Case-formulering. Procesdiagnose. Mikro- og makromarkører
- Den eksistentielle dimension i EFT – refleksion, narrativ genfortælling og ny meningsdannelse
- EFT's sundheds- og sygdomsforståelse i relation til officielle psykiatriske diagnoser
- EFT - Indikation og kontraindikation

#### 4.2.2. Psykologiske temaer og teorier

- Udvikling og selvorganisering
  - Følelsernes funktion (Emotionsteori)
  - Krop og følelser
  - Udviklingspsykologi: Neuroaffektiv udvikling, tilknytning og implikationer for terapeutisk praksis
  - Seksuel udvikling, krop og seksualitet. Personligt og samfundsmæssigt perspektiv
  - Mig – i og af – min verden
    - ◆ Narrativer (selv-fortælling og livs-fortælling)
    - ◆ Flergenerationsperspektiv, familieegenogram og familiesyn
    - ◆ Integritet og samarbejde, en eksistential grundkonflikt
  - Følelser i - og mellem - mennesker
    - ◆ Ophav-Opvækst-Organisering-Opmærksomhed
    - ◆ Interpersonelle emotionelle krænkelser og skader
    - ◆ Sorg, skam, frygt og vrede – væsentlige følelser i terapeutisk sammenhæng
  - Om-Sorg
    - ◆ Tab og traume. Sorg og krise. Tilknytning og adskillelse
- Individet og fællesskabet
  - Etablering af et trygt læringsrum og eksperimentarium for selvudforskning, samspil og udvikling
  - Identitet, narrativ og gruppetilhørsforhold
  - Hel-gruppe og sub-grupper. Sociale grupper og arbejdsgrupper
- Misbrugsproblematikker og selvorganisering:
  - Forskellige former for og dimensioner i misbrugsproblematikker i psykologisk og samfundsmæssigt perspektiv. Forskelle og ligheder. Symptom, hændelse og/eller samspildynamik. En konsekvens af og resulterende i karakteristiske træk ved de involverede personers selvorganisering
  - Alkoholfamilien og dens dynamik
  - Spiseforstyrrelser
  - Seksuelle overgrebsproblematikker

#### 4.2.3. Eksistentielle tilværelsesperspektiver

- Eksistentielle grundvilkår
  - Eksistentielle grundprincipper
  - Ultimative anliggender
- Eksistentielle overgange:
  - Livscyklus og livskriser
  - Eksistentielle og/eller psykologiske problemstillinger



#### 4.2.4. Psykiatri og psykoterapi

- Psykisk sygdom (psykopatologi) og personlighedsforstyrrelser. Psykiatriske kategorier og diagnoser
- Psykiatri og psykoterapi. Enten-eller, både-og
- Psykiatriske diagnoser i relation til EFT's problemforståelse. Forskelle og ligheder i sundheds- og sygdomsforståelsen

#### 4.2.5. Etik og psykoterapi

- Den terapeutiske relations indbyggede etiske fordring
- Etiske problemstillinger og dilemmaer - Etiske regelsæt for psykoterapeutisk praksis (PTF, DP) - Personligt valg og ansvar

#### 4.2.6. Foredrag

Sideløbende med det afsluttende eksamensforløb, uddannelsens sidste halvår, er der en foredragsrække (1-8), hvis emner vil falde indenfor en eller flere af følgende kategorier:

- Uddybning af specifikke diagnosekategorier eller problematikker, fx: Angst, OCD, fobi, depression, borderline, efterfødselsdepression/efterfødselsreaktioner, overgreb, selvskadende adfærd, spiseforstyrrelse, alkohol/stofmisbrug
- EFT specifikt anvendt i forhold til forskellige diagnosekategorier eller problematikker som ovenstående, og som relationel terapiform: Emotions-Fokuseret Parterapi og Emotions-Fokuseret Familieterapi
- Specifikke 'andre' terapeutiske tilgange til kategorier eller problematikker som de ovennævnte, fx Kognitive – adfærdsterapi af angsttilstande, OCD mm.

### 4.3. Uddannelsens personlige dimension

Som nævnt, anses psykoterapi og terapeutisk kontakt for primært at være et mellemmenneskeligt anliggende. Kontakten mellem terapeut og klient er central og bærende for terapien. Terapeutens følelsesmæssige nærvær, oprigtighed (kongruens) og empatiske formåen er afgørende, ligesom terapeutens evne til at forholde sig dynamisk til andre og til at kommunikere på en klar, direkte og empatisk måde. Dette forudsætter at terapeuten har udviklet en høj grad af opmærksomhed og indsigt i sig selv, i sine handlemønstre, i sin måde at fungere på i samspelet med andre samt i sine udviklingsmuligheder.

Den personlige udvikling er derfor meget central i uddannelsen. Det er en forudsætning at de studerende arbejder aktivt med sig selv og aktivt investerer sig selv i undervisningen. Det er ligeledes et krav at de studerende sideløbende går i individuel terapi hos en godkendt psykoterapeut (se nedenfor).

Og endelig er det et krav, at 1. og 2.års studerende i et vist omfang stiller sig til rådighed som træningsklienter

- på de specifikke undervisningsmoduler, hvor de 3.-4.års studerende træner terapeutrollen under underviserens og en supplerende træners direkte supervision
- for individuelle terapeutiske trænings-samtale (TTS) forløb med 3.års studerende



- samt til den praktisk kliniske eksamen, der finder sted i slutningen af uddannelsens 3. år.

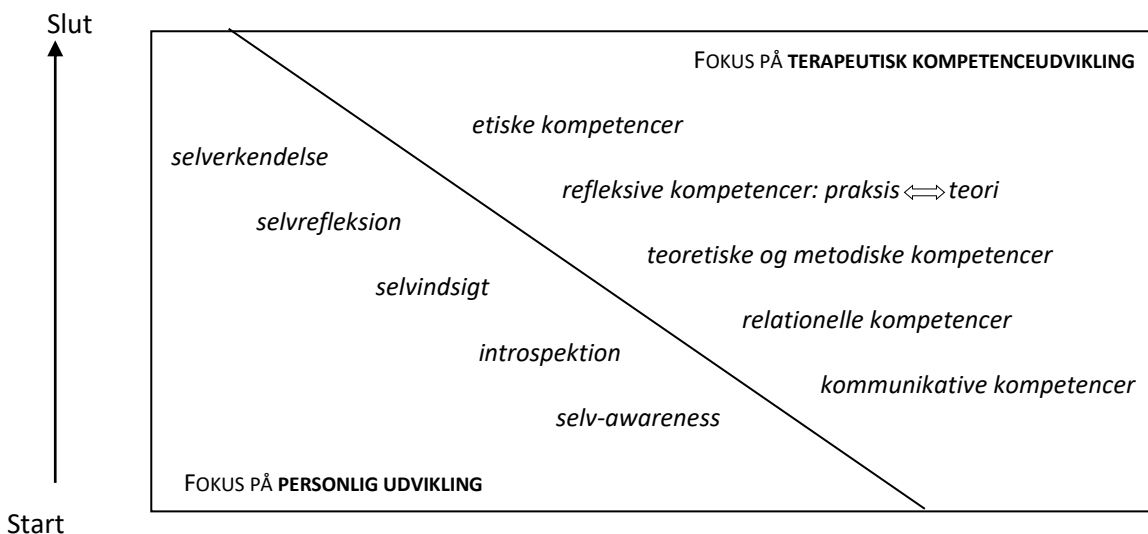
#### 4.3.1. Supplerende individuel terapi – krav til omfang og tidsmæssig placering:

- Minimum 40 lektioner (30 timer) inden den afsluttende eksamination på 4. år, heraf mindst de 28 lektioner (21 timer) i løbet af de første to uddannelsesår.
- Studerende, der inden uddannelsens påbegyndelse har gået i terapi hos en oplevelsesorienteret psykoterapeut kan, efter konkret ansøgning og vurdering, få delvis dispensation for omfanget (se håndbog for studerende).

#### 4.4. Uddannelsens praktiske dimension

Synet på terapi, som en 'avanceret, fint tunet håndværksmæssig professionsudøvelse', afspejles igennem hele uddannelsesforløbet i den vægt, der lægges på de studerendes praktiske træning af terapeutiske kompetencer. Denne træning intensiveres over tid i takt med de studerendes personlige udvikling og udvikling af kommunikative og relationelle kompetencer.

Vægtningen over tid kan illustreres med nedenstående figur:



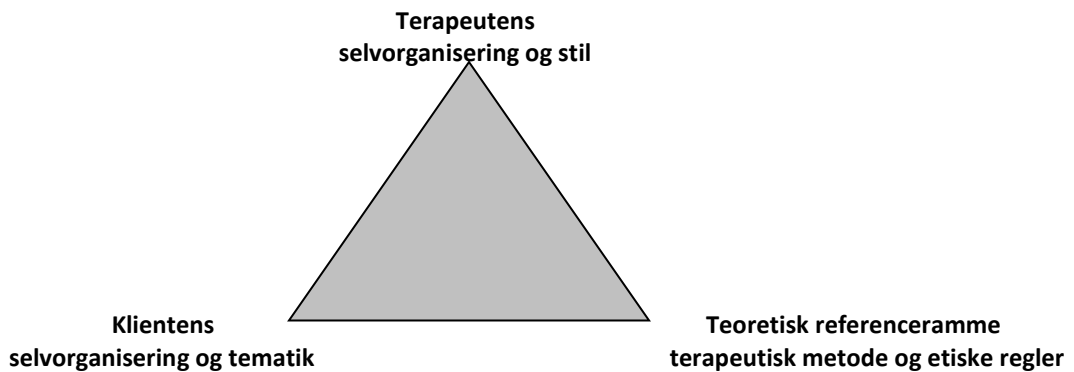
På uddannelsens første to år træner de studerende først og fremmest deres kommunikative og relationelle kompetencer - evnen til at kommunikere assertivt – evnen til at metakommunikere – evnen til at anvende den empatiske kommunikations fine nuancer – evnen til at skelne mellem og indgå i en fænomenologisk dialog i hhv. symmetriske og asymmetriske relationer – evnen til at tage 'den andens perspektiv' (mentaliseringssevnen) – evnen til at bevare kontakten med sig selv i kontakten med 'den anden' – evne til at skelne mellem egen og 'den andens' andel i processen – via både samspillet på holdet og praktiske øvelser og træning i undervisningen og i procesgrupperne.



Underviserne fungerer, gennem deres arbejde med de studerendes personlige tematikker, som terapeutiske rollemodeller fra uddannelsens start. I takt med de studerendes personlige og faglige udvikling, vil det konkrete personligt terapeutiske arbejde, der finder sted i undervisningen, efterfølgende blive perspektiveret på relevant teoretisk og metodisk niveau af underviseren.

På uddannelsens sidste to år, hvor den studerendes professionsudvikling kommer i fokus, intensiveres den praktisk terapeutiske træning markant. Ligeledes intensiveres den efterfølgende analyse, refleksion og perspektivering af de fænomener, der konkret forekommer i de terapeutiske sekvenser og sessioner, og sættes ind i relevante teoretiske og metodiske referencerammer.

Sigtet med undervisningen de sidste to år er, at den studerende får skærpet sin bevidsthed om samspillet mellem - og evne til at afpasse - teori og metode til klientens aktuelle problematik og sig selv som terapeut.



#### 4.4.1. Supplerende terapeutisk træning

- Individuelle, terapeutiske trænings-samtale (TTS) forløb med studerende fra 1.-2. året: 3.års studerende må - og anbefales at - tilbyde terapeutiske trænings-samtaler til studerende på 1.-2.året, efter deres 3.undervisningsmodul og resten af uddannelsesåret. Disse samtaleforløb er underlagt nogle metodiske restriktioner, idet den 3.års studerende skal holde sig indenfor rammer af en person-centret terapeutisk tilgang. Som terapeut skal den studerende altså anvende en følgende, ikke-direktiv, tilgang, og nuanceret empatisk kommunikation. Det er et krav, at den studerende bringer 'sig og sin klient i spil' op i supervision, som er et integreret element i undervisningen.
- Individuelle, trænings terapi (TT) forløb med 'ukendte' trænings klienter: 4.års studerende, der har bestået såvel 3.årets teoretiske som praktisk kliniske eksamen, må - og anbefales at - tilbyde trænings terapi til 'ukendte' træningsklienter. Det er et krav, at klienten gøres bekendt med og skriftligt accepterer forudsætningerne og rammerne for træningsterapien. Ligeledes er det et krav at den studerende modtager kontinuerlig supervision på samtaleforløbet, af en supervisor, der er godkendt af instituttet. Supervisionen kan foregå såvel individuelt som i en supervisionsgruppe.



## 4.5. Uddannelsens etiske dimension

At terapi pr. definition udspiller sig i en asymmetrisk relation, dvs. i en magtrelation, stiller krav til terapeutens bevidsthed om det ansvar og den omsorg, der følger med magten, og til terapeutens evne til at omsætte dette i sin terapeutiske praksis.

Udviklingen af de studerendes etiske sans – bevidstheden om og forvaltningen af ansvaret, omsorgen og ydmygheden overfor klienten og klientens verden - i den konkrete terapeutiske relation og proces, vægtes derfor også højt i gennem hele uddannelsesforløbet.

Derudover sættes der, som nævnt ovenfor, også specifikt fokus på etiske regelsæt for psykoterapeutisk praksis og kollegiale forhold, og på etiske problemstillinger og dilemmaer og det personlige valg og ansvar, psykoterapeuter konfronteres med i praksis.

## 5. Uddannelsens struktur

### 5.1. Uddannelsesår – undervisningsmoduler – undervisningsdag - internater

Uddannelsen består af fire uddannelsesår, med hver 30 undervisningsdage, og hhv. 7, 7, 8 og 5 proces- eller studiegruppemøder, samt en skriftlig hjemmeopgave, der udarbejdes indenfor ca. 10 dage. Der udarbejdes konkrete undervisningsplaner og litteraturlister for et år ad gangen.

Undervisningen på 1., 2., 3. år og første halvdel af 4. uddannelsesår er helt overvejende fordelt på 3-dages moduler med ca. 4 ugers mellemrum. Dertil kommer et 4-timers proces- eller studiegruppemøde imellem hvert modul. Ét af undervisningsmodulerne på hvert af de tre første uddannelsesår foregår som internat. Undervisningen foregår i øvrigt på EFT-instituttet i tidsrummet 9.30-16.30.

På det sidste halvår af 4.året, det afsluttende eksamensforløb, er undervisningen (supervision, vejledning og foredrag/workshops) fordelt på 1-2 dages moduler med ca. 2 ugers mellemrum.

### 5.2. Holddannelse og koordinerende underviser

I princippet fortsætter de studerende sammen igennem alle fire uddannelsesår på det hold, de tilknyttes ved studiestart.

I praksis kan der dog ske ændringer i holdsammensætningen. Studerende har mulighed for at gå på orlov eller vælge ikke at fortsætte deres uddannelsesforløb efter hvert uddannelsesårs afslutning, ligesom der kan optages nye studerende på holdet i forbindelse med endt orlov eller optagelse på uddannelsen med merit.

Studerende, herunder kommende, har pligt til at gøre instituttet opmærksom på venskab, slægtskab, kæresteforhold eller anden betydningsfuld forbindelse til instituttets undervisere, censorer eller deltagere på det hold, vedkommende tilknyttes, således at instituttet kan tage højde for disse relationer i forhold til den praktiske tilrettelæggelse af uddannelsesforløbet.



Hvert hold tilknyttes en koordinerende underviser, som også er holdets primære metodeunderviser. Denne følger såvel de enkelte studerendes personlige og faglige udviklings processer som holdets gruppedynamik, med henblik på at understøtte både den enkeltes udvikling og udviklingen og vedligeholdelsen af holdet som et trygt sted for udforskning af intrapsykiske og interpersonelle fænomener og et konstruktivt lærings rum. Udover holdets koordinerende underviser vil der være endnu en forholdsvist gennemgående underviser for holdet i hele uddannelsesforløbet. Der kan ske skift af koordinerende underviser ved overgangen til 3. uddannelsesår, hvis instituttet vurderer det hensigtsmæssigt.

### 5.3. Procesgrupper og studiegrupper

De studerende opdeles i begyndelsen af det første uddannelsesår i mindre grupper, kaldet procesgrupper. Grupperne mødes imellem hver undervisningsmodul og tildeles faste definerede opgaver, som gruppen skal arbejde med på det pågældende møde. Opgavernes indhold knyttes til den foregående, eller kommende undervisnings tematiske fokus. Grupperne kommer derved til dels at danne rammerne for fagligt specifikke opgaver og dels at udgøre et forum for socialt samspil og kommunikation, som er led i en relationel dannelsesproces.

I begyndelsen af det tredje uddannelsesår dannes der, som led i modulet i *gruppeproces* nye grupper, der nu benævnes studiegrupper. I takt med at uddannelsens fokus gradvist skifter fra det mere introspektive og personligt processuelle til et mere professions rettet terapeutisk udviklingsperspektiv, bliver gruppen i stigende grad et eksperimentarium for terapeutisk træning og faglig refleksion og sparring. Opmærksomheden på de studerendes egen personlige proces vil fortsat være en integreret og kontinuerlig proces på uddannelsen, og livet igennem også som færdiguddannet psykoterapeut, men på de sidste to år forudsættes det, at de studerende har et relativt solidt kendskab til sig selv og egne centrale personlige udfordringer og tematikker.

Proces/studiegruppe møderne er gennem hele uddannelsen skemalagte og obligatoriske.

Efter hvert møde udfyldes en proces- eller studiegruppe-dagbog, der indsendes til holdets koordinerende underviser, hvilket er med til at sikre dennes indblik i den enkelte studerendes fremmøde samt i gruppens dynamiske liv og velbefindende.

### 5.4. Eksaminer og evalueringer

Hvert uddannelsesårs afsluttes med både eksamen og evaluering. Eksamen og evaluering afspejler i kombination årets kompetencemålsætninger og undervisningens teoretiske og metodiske indhold.

#### 5.4.1. Uddannelsens 5 eksaminer

**Det første** år afsluttes med en obligatorisk skriftlig eksamensopgave, der udarbejdes hjemme.

Den studerende skal demonstrere, at han/hun forstår, kan forholde sig til og anvende de teoretiske grundbegreber de har været præsenteret for i løbet af det første uddannelsesår. Og endvidere, at han/hun er i stand til at skelne mellem og anvende fænomenologisk beskrivelse, analyse og refleksion. Opgavens sigte er ligeledes at give eksaminerende undervisere indblik i den stude-



rendes personlige introspektive arbejde samt niveau for refleksion på samme. Eksamens-besvarelsen bedømmes bestået/ikke bestået af holdets koordinerende underviser samt holdets anden gennemgående underviser.

Også uddannelsens **andet år** afsluttes med en skriftlig eksamensopgave, der udarbejdes hjemme. Den studerende skal vise, at han/hun forstår og kan anvende den teori, der har været arbejdet med i løbet af året. Den studerende vil blive præsenteret for en terapisekvens i form af en transskription, et lydband eller en DVD- optagelse, der indeholder et af undervisningsårets specifikke tematikker. Den studerende skal demonstrere sin evne til at reflektere teoretisk og metodisk relevant over sekvensen. Eksamensopgaven bedømmes bestået/ikke bestået af dels eksaminator (en af holdets undervisere) og dels en ekstern censor.

**Tredje året** afsluttes med såvel en teoretisk som en praktisk klinisk eksamen.

Den teoretiske eksamen er en skriftlig hjemmeopgave, hvor den studerende skal redegøre for nærmere angivne teoretiske og metodiske begreber, og forholde sig reflekterende og analyserende til en case-beskrivelse og et transskript af en terapisekvens. Opgaven har et mere professionelt terapeutisk sigte, og det forventes derfor, at den studerende kan demonstrere at hun/han i *tilstrækkelig grad* behersker de teoretiske og refleksive kompetencer, der er nødvendige for at udøve et konstruktivt Emotions-fokuseret terapeutisk arbejde. Eksamensopgaven bedømmes bestået/ikke bestået af holdets primære metodeunderviser (eksaminator) og en intern censor.

Ved den praktisk kliniske eksamen, skal den studerende, i en 25 minutters terapisesession med en 'ukendt' klient demonstrere sin evne til at etablere en bæredygtig 'her-og-nu' relation med klienten, sin evne til at danne en begyndende arbejdshypotese baseret på fænomenologiske data og til at udmønte denne i en arbejdsalliance med klienten om et fokus for videre arbejde. I den efterfølgende refleksion og dialog med eksaminator og censor skal den studerende demonstrere sin evne til at redegøre for og reflektere over det terapeutiske forløb. Eksamen bedømmes bestået/ikke bestået og eksaminanden får en begrundet og udviklingsorienteret feedback. Eksamenssituationen er etableret som et lærende rum. Holdet er til stede under hele eksamensforløbet og der indgår en reflekterende gruppe af 2-4 medstuderende i hver enkelt eksamination. Efter alle eksaminationerne inddrages holdet og de reflekterende gruppe i en fælles refleksion og læring.

Den afsluttende teoretiske og kliniske eksamen er indskrevet i et eksamensforløb, der strækker sig over det **fjerde uddannelsesårs** sidste 6 måneder. Den studerende gennemfører et terapeutisk forløb med en eksamensklient og deltager sideløbende i en vejlednings- og en supervisionsgruppe. Forløbet afsluttes med en mundtlig eksamination/faglig drøftelse mellem den studerende, eksaminator og ekstern censor på baggrund af et skriftligt eksaminationsgrundlag - en case-beskrivelse og et kommenteret transskript - samt en 10 minutters videosekvens fra den studerendes terapeutiske forløb med eksamensklienten. Formålet med eksamensforløbet er at sikre, at den studerende har tilegnet sig de teoretiske og terapeutiske kompetencer, relationelle såvel som metodiske og refleksive, som er forudsætningen for at virke som terapeut på et emotions-fokuseret grundlag. Ved bedømmelsen anvendes 7-skalaen. Der gives én karakterer, baseret på såvel den skriftlige som den mundtlige præstation set 'i lyset af hinanden'. Ved karakterfastlæggelsen vægtes den studerendes terapeutiske kompetencer, sådan som hun/han har evner at formidle disse i hhv. det skriftlige eksaminationsgrundlag og den mundtlige eksamination. Studerende, der modtager ka-



rakteren 2 eller derover, har bestået eksamen og får udstedt et eksamensbevis, hvoraf det fremgår, at hun/han nu er Eksamineret psykoterapeut fra EFT-instituttet. Tilstede ved eksamen er foruden den studerende, vejleder/eksaminator og censor også en gruppe af medstuderende samt evt. supervisor.

De generelle eksamensbeskrivelser for hver af uddannelsens eksaminer er tilgængelige for studerende på EFT-instituttets hjemmeside via log in for studerende:

<https://eft-instituttet.dk/studielogin/>

#### **5.4.2. Uddannelsens 4 strukturerede evalueringer**

Det sidste undervisningsmodul på hvert af de fire uddannelsesår er afsat til at arbejde med selvevaluering, feedback fra medstuderende, feedback og evaluering fra underviserne, samt arbejde med de enkelte studerendes fremadrettede lærings- og udviklingsmål. Derudover får de studerende eventuelt supplerende feedback på deres skriftlige eksamensopgave.

Der er udarbejdet en række spørgsmål til de studerendes selvevaluering på hvert evalueringsmodul, som den studerende skal reflektere over og besvare skriftligt inden evalueringsmodulet. Spørgsmålene er udarbejdet, så de korresponderer med kompetencemålsætningerne for det pågældende uddannelsesår.

Uddannelsens humanistiske, eksistentielle tilgang betyder, at der lægges vægt på den studerendes egen selv-refleksion og identitetsforståelse sammenholdt med medstuderendes oplevelse og undervisernes vurdering.

I øvrigt indgår evalueringer løbende i undervisningen som en dialogisk læreproces gennem feedback, selv-refleksion og vurdering, i forhold til både de studerendes personlige udvikling og kompetenceudvikling.

Selvevaluerings-formularer til hvert uddannelsesårs evaluering er tilgængelige for studerende på EFT-instituttets hjemmeside via log in for studerende:

<https://eft-instituttet.dk/studielogin/>

#### **5.4.3. Censorkorps**

EFT-instituttet benytter sig af såvel interne som eksterne censorer.

Ved 2.års-eksamen og den afsluttende teoretiske og kliniske eksamen benyttes eksterne censorer, mens der ved de øvrige tre eksaminer benyttes interne censorer.

Kriterierne for at undervisere ved EFT-instituttet, kan benyttes som interne censorer er, at de

- har minimum 5 års erfaring som supervisor/eksaminator /censor
- har særlige kompetencer indenfor det felt, der eksamineres i
- *ikke* har fungeret som eksaminandens individuelle terapeut

Kriterierne for at kunne fungere som ekstern censor ved EFT-instituttet er





- Minimum 5 års praktisk terapeutisk erfaring indenfor den oplevelsesorienterede (humanistisk eksistentielle) terapeutiske tradition
- Minimum 5 års erfaring som supervisor/eksaminator /censor
- Har kendskab til den Emotions-Fokuserede Terapis teori og metode
- Har særlige kompetencer indenfor det felt, der eksamineres i
- *Ikke* har fungeret som eksaminandens individuelle terapeut

Censorer informeres om og skal være indstillede på, at EFT-instituttet betragter eksamen som dels et forum for bedømmelse af den studerendes faglige status i forhold til uddannelsens kompetencemål, og dels et 'lærende rum', hvor den studerende kan tilegne sig større indsigt i egne og med-studerendes personlige og faglige udviklingsprocesser.

### 5.5. Uddannelses- og eksamensbeviser

EFT-instituttet registrerer eksamensresultaterne efter hver enkelt eksamen. Ved afslutningen af den 4.årige psykoterapeutiske uddannelse i Emotions-Fokuseret Terapi, udstedes der et uddannelsesbevis, et eksamensbevis samt et diplom, som giver retten til at bære titlen "Eksamineret psykoterapeut".

Såfremt den studerende har været fraværende mere end 10 % af undervisningen påføres dette uddannelsesbeviset.

### 5.6. Studietid

Den samlede uddannelsestid for den psykoterapeutiske uddannelse på EFT-instituttet er 4 år.

De fleste studerende gennemfører uddannelsen på 4.år. I overensstemmelse med de ministerielle kvalitetskriterier for psykoterapeutuddannelser skal studiet gennemføres indenfor den normerede studietid + højst 2 år. Dvs. max 6 år.

Dispensation for ovenstående rammer for den samlede studietid kan kun opnås ud fra en individuel bedømmelse af en skriftligt begrundet ansøgning og en eventuel supplerende samtale. Det forudsættes generelt, at dispensationsansøgeren har beskæftiget sig med terapeutisk relevant praksis og teori i den mellemliggende periode, ligesom det forudsættes, at ansøgeren er – eller bringer sig – up to date, i uddannelsens teoretiske og metodiske indhold.

### 5.7. Orlov

Studerende har mulighed for at få bevilget orlov fra uddannelsen efter ansøgning til instituttets ledelse, hvis der foreligger særlige forhold, der taler herfor. For uddybning af muligheder, begrænsninger, krav og konsekvenser, henvises til afsnittet om orlov i Studiehåndbogen, som er tilgængelig for studerende på EFT-instituttets hjemmeside via log in for studerende:

<https://eft-instituttet.dk/studielogin/>



## 5.8. Optagelseskriterier, herunder muligheder for at opnå merit

EFT-instituttets optagelseskrav tager udgangspunkt i og opfylder de optagelseskriterier, som Socialministeriet, Indenrigs- og Sundhedsministeriet og Undervisningsministeriet udarbejdede i juli 2004, som ét af en række kvalitetskriterier for psykoterapeutiske uddannelser.

Optagelseskravene, herunder muligheder for at opnå merit, er offentligt tilgængelige på EFT-instituttets hjemmeside:

<https://eft-instituttet.dk/uddannelser/4-arig-uddannelse-til-psykoterapeut/ansog/optagelseskrav-i-henhold-til-de-tvaerministerielle-kvalitetskrav/>

## 6. Beskrivelse af de enkelte uddannelsesår

### 6.1. 1.uddannelsesår

For at en studerende kan udvikle sig til at blive en ansvarlig, kontaktfuld og autentisk psykoterapeut, der kan støtte andre mennesker til større selvindsigt og forandring i forhold til smertefulde aspekter i livet, er det en forudsætning at han/hun har arbejdet grundigt og bevidst med sig selv.

At hjælpe andre mennesker igennem et terapiforløb, hvor der fokuseres på komplekse intrapsyke, interpersonelle og eksistentielle spørgsmål fordrer et kendskab til og indsigt i egne centrale tematikker, således at terapeutens eget stof ikke 'støjer' i og besværliggør kontakten med klienten.

På første uddannelsesår er den studerendes personlige proces og udvikling af relationelle og kommunikative kompetencer derfor i forgrunden. Den studerende vil fra uddannelsens start få opmærksomhed på og indsigt i egne personlige temaer, handlingsmønstre og opvæksthistorie og måder at processe sine følelser på, m.a.o. sine selvorganiseringer.

Det vægtes højt, at den studerende får adgang til, åbenhed omkring, accept af og evne til at regulere egne følelser, og formår at se vigtigheden af menneskets emotionelle impulser (responser), som et af de mest centrale "navigations-systemer" i dets færd i verden. Dertil kommer at kunne være i kontakt med og rumme andre empatisk og afgrænset, og at kunne indgå i emotionelle situationer med åbenhed, nysgerrighed og accept. Og endvidere, at den studerende udvikler en realistisk opfattelse af sig selv i relation til andre og bliver i stand til at forholde sig nuanceret til feedback (tage ind – reflektere – sortere - tage til sig vs. 'spytte ud' )

## Indhold



På uddannelsens første år vil de studerende indledningsvis blive præsenteret for instituttets praktiske forhold, uddannelsens strukturelle opbygning, værdigrundlag, menneskesyn og den Emotions-Fokuserede

Terapis teoretiske og metodiske tilgang. For at sikre størst mulig kontinuitet og tryghed for de studerende, vil det være holdets to gennemgående undervisere, der fortrinsvis vil varetage undervisningen året igennem.

Der vil endvidere blive lagt stor vægt på, at de studerende får et kendskab til hinanden og 'rystes' sammen som hold. Undervisningen vil generelt være en vekselvirkning mellem teoretiske oplæg, personligt arbejde og øvelser, hvor de studerende deles op i mindre grupper og fordyber sig i et givent fokus.

Året har et internatophold, hvilket vil sige at de studerende tilbringer 3 hele dage, med overnatning på et, af instituttet, udvalgt sted, hvor holdets to gennemgående undervisere varetager undervisningen. På Internatet vil der bl.a. blive etableret procesgrupper med efterfølgende behovs- og forventningsafstemning for de studerende.

Procesgrupperne mødes mellem hvert modul, mindst 4 timer om måneden.

Den fænomenologiske metode og den empatiske kommunikation udgør en meget central hjørnesten af den emotions-fokuserede terapeutiske tilgang, og er derfor en naturlig og højt vægtet del af undervisningen på EFT-instituttet. Det at møde mennesket åbent, undersøgende og empatisk er forudsætningen for al frugtbar kontakt med andre mennesker, og dermed også al psykoterapeutisk arbejde. De studerende vil komme til at arbejde i grupper med øvelser, der bidrager til forståelse og oplevelser af, hvordan det er at være et menneske, der bliver mødt i det fænomenologiske empatiske univers. Og underviserne vil kontinuerligt praktisere den empatiske fænomenologiske dialog til inspiration og genkendelse for de studerende.

De studerende vil blive støttet til at tage hul på en opdagelsesrejse i egen opvæksthistorie, adfærds- og familiemønstre igennem generationer. Der vil blive lagt vægt på, at de får indgående kendskab til, og opmærksomhed på begreberne 'integritet og samarbejde', og balanceringen mellem disse i samspillet med omverdenen, som en af de mest fundamentale bevægelser i individets personlighedsdannelse.

De studerende skal ligeledes arbejde intensivt med opmærksomheden på egne indre følelsesorganiseringer, hvordan de forvalter deres følelser i samspillet med omverden, samt evnen til at møde og rumme andres emotionelle reaktioner åbent og udforskende. De studerende vil blive præsenteret for den Emotions-Fokuseredes Terapis forskning, emotionsteori, samt perspektiver på selvet og psykologisk dysfunktion. Der vil være specielt fokus på - de i terapeutisk sammenhæng mest relevante - følelser som skam og skyld, vrede, angst og sorg. Undervisningen vil indeholde øvelser,



der på varierende måder, underbygger ovennævnte elementer og som kontinuerligt træner de studerende i den empatiske kommunikation og fænomenologiske dialog.

De studerende vil endvidere blive undervist i temaet 'krop, sans og følelse' og vil gennem en variation af fokuseringsøvelser, blive guidet til større opmærksomhed på egen kropsansning, kropsoplevelse og kropsbevidsthed, ligesom de vil blive støttet i at få opmærksomhed på, hvornår de ikke har adgang til egne kropsimpulser og emotioner. Undervisningen vil have den Emotions-Fokuserede Terapis fænomenologisk

undersøgende tilgang, hvor den stille fokusering 'indad', kan støtte den studerende til at navigere i sin tilværelse ud fra indre emotionelle signaler, frem for udelukkende med ydrestyret adfærd.

De studerende bliver introduceret til de eksistentielle tilværelsesperspektiver og eksistentielle grundvilkår og vil arbejde med de uundgåelige dilemmaer og udfordringer vi som mennesker kontinuerligt konfronteres med på vores færd gennem livet. De studerende vil gennem øvelser, personligt arbejde og teoretisk perspektivering, arbejde med egne antagelser og verdensbilleder og i dialog med medstuderende få kendskab til de fællesmenneskelige vilkår og den ensshed, vi som mennesker trods alt også repræsenterer, og til stadighed, som terapeuter, skal kunne møde fordomsfrit og uden vurdering.

Året afsluttes med en obligatorisk skriftlig eksamen. (se pkt. 5.4.1. Eksaminer).

De studerende skal tillige foretage en selvevaluering af deres personlige udvikling og personlige, kommunikative og relationelle kompetencer, ligesom de modtager feedback og evaluering fra såvel medstuderende som undervisere. Fokus vil samtidig også være på den enkelte studerendes fortsatte personlige og faglige udviklingsmål. (se pkt.5.4.2. Evalueringer)

Se evt. også 'Vejledende Studieplan 1.uddannelsesår':

<https://eft-instituttet.dk/uddannelser/4-arig-uddannelse-til-psykoterapeut/studieplaner/>

## 6.2. 2.uddannelsesår

### Indhold

I uddannelsens andet år er der, ligesom i det første år, overvejende fokus på den studerendes personlige og introspektive proces med det sigte, at den studerende, i samspil med sine studiekammerater, får indsigt i egne og andre menneskers måder at organisere, reagere og begå sig i verden på. Disse erfaringer og denne viden vil senere i uddannelsesforløbet 3. og 4. år vise sig frugtbar i et fagligt terapeutisk perspektiv.

De studerende vil blive undervist i udviklingspsykologi med fokus på barnets *neuroaffektive udvikling* og tilknytnings- eller samhørighedsrelationer, og implikationerne af denne viden for psykoterapeutisk praksis vil blive adresseret. Temaer og teorier vil i undervisningen altid blive 'sat i spil' i



forhold til den enkelte studerendes personlige erfaringer, selvorganisering og væren i verden *her og nu*.

Andet år indeholder endvidere undervisning i menneskets seksuelle udvikling, krop og kommunikation. Her vil de studerende af forskellige veje få mulighed for at være nysgerrige på egen seksualitet, og i dialog med andre, få kendskab til de reaktioner, der aktualiseres i den enkelte og i det relationelle rum, når emnet *seksualitet* bringes på banen. Undervisningen perspektiveres til aktuelle samfundsmæssige strømninger og problematikker.

Andet år præsenterer endvidere flere temaer, der er repræsentative for, hvad vi som mennesker ofte er konfronteret og udfordret med i livet. Temaerne kan på overskrifts-niveau kategoriseres som *misbrugstemaer* med hver deres karakteristika og særegenhed. Temaerne er *alkoholmisbrug og misbrugsfamilien, seksuelle overgrebsproblemtikker og spiseforstyrrelser*. Underviserne er specialiserede indenfor og har stor erfaring i at arbejde med de forskellige misbrugstematikker. Undervisningen er en vekselvirkning mellem teoretiske oplæg, øvelser og personligt arbejde, hvor de studerende kan udveksle erfaringer, få indsigt i de enkelte temaers specifikke processuelle karakteristika og konsekvenser for individet og dets omgivelser. Tematikkerne vil blive perspektiveret i forhold til den Emotions-Fokuserede Terapis teori og metode.

*Tab, traume, sorg, krise og adskillelse* vil være temaet på 2.årets internat. Tre intense dage hvor de studerende via teoretiske oplæg og personligt arbejde, får indsigt i, og forståelse for egne og andres tab og traumer, lige som der vil være et naturligt fokus på de studerendes erfaringer med tilknytning og adskillelse.

Året afsluttes atter med en skriftlig eksamen, der vurderes bestået /ikke bestået. (se pkt. 5.4.1. Eksaminer)

Sidste modul vil indeholde supplerende feedback på eksamensopgaven, selvevaluering, feedback og evaluering, samt personlig afklaring for den studerende mht. udviklings- og kompetencemålsætning i det videre uddannelsesforløb. (se pkt. 5.4.2. Evalueringer)

De studerende mødes fortsat i deres procesgrupper mellem hvert modul, mindst 4 timer.

Se evt. også 'Vejledende Studieplan 2.uddannelsesår':

<https://eft-instituttet.dk/uddannelser/4-arig-uddannelse-til-psykoterapeut/studieplaner/>

### 6.3. 3.uddannelsesår

#### Indhold

På uddannelsens 3. år sker der et fokusskifte. Hvor de første to år har haft sit særlige fokus på den studerendes introspektive bearbejdelse af egen opvæksthistorie, og deraf formede selvorganise-



ring, adfærds- og handlingsmønstre og på udviklingen af kommunikative og relationelle kompetencer, så retter uddannelsen sig fra det tredje år eksplicit mod den studerendes udvikling af terapeutiske kompetencer og identitet. Mod den terapeutiske relation, den terapeutiske proces, den Emotions-Fokuserede Terapis specifikke interventionsmodeller og teknikker, såvel teoretisk som praktisk træningsmæssigt. De studerende træner og udvikler deres terapeutiske færdigheder under direkte supervision, og reflekterer over dem med relevant teoretisk perspektivering.

De studerende vil i uddannelsesårets start blive undervist i psykoterapiens hovedtraditioner, psykoterapiforskning, evaluering og rapportering. Den Emotions-Fokuserede Terapis historiske rødder og dens teoretiske og forskningsbaserede udvikling til sin nuværende udformning vil ligeledes blive uddybet.

Der vil være et internat af tre dages varighed, hvor temaet er gruppeproces og hvor de studerende skal danne nye grupper, der nu benævnes *studiegrupper*. Undervisningens sigte vil være, at de studerende får en oplevelsesbaseret indsigt i egne og andres erfaringer med gruppedynamik, med en let teoretisk perspektivering. Derudover at holdet får eksplicit opmærksomhed på og forholder sig undersøgende og aktivt til holdets 'kultur' og betydningen heraf for den enkeltes læreproces, med henblik på at udvikle et så trygt lærende rum for den enkelte studerende og holdet som muligt.

De studerende vil systematisk blive præsenteret for elementerne og faserne i den Emotions-Fokuserede Terapis proces, den terapeutiske relations magtaspekt og indbyggede etiske fordring, overføring og modoverføring som fænomener, den empatiske kommunikations fine nuancer, emotionsteorien, EFT- terapeutens generelle personcentrerede og emotionsfokuserede stil og kapacitet, EFT's markørstyrede specifikke interventionsmodeller, case-formulering, samt for de reflektive, menings skabende og eksistentielle dimensioner.

Den terapeutiske træning vægtes højt og vil på 3-året udgøre en stor del af den samlede undervisningstid. I de intensive træningsmoduler vil der udover underviseren være en ekstra træner til stede, således at holdet opdeles og træner i to grupper under direkte supervision. Derved sikres et læringsmiljø, hvor der træningstid til den enkelte og opmærksomhed på den enkelte studerendes personlige og faglige udvikling. Træningssessionerne analyseres og perspektiveres teoretisk, ligesom der gives konstruktiv og vækstorienteret feedback til den studerende.

Studiegrupperne mødes mellem hvert modul og arbejder med en, fra instituttets side defineret opgave, som vil have et træningsorienteret indhold med fokus på særlige elementer, der har været præsenteret og bearbejdet i undervisningen.

Efter 3. undervisningsmodul må – og opfordres - de studerende til at tilbyde terapeutiske træningsamtale forløb indenfor rammerne af en personcentreret, ikke-direktiv terapeutisk tilgang og



empatiske kommunikation, til studerende fra 1. og 2. året. Den studerende forpligtiger sig til at modtage supervision. (se pkt. 4.4.1. Supplerende terapeutisk træning)

Året afsluttes med dels en skriftlig hjemmeopgave og dels en praktisk klinisk eksamen, hvor hele holdet er til stede. (se pkt. 5.4.1. Eksaminer) Begge bedømmes bestået/ ikke bestået.

Efterfølgende vil der på årets sidste undervisningsmodul blive givet supplerende feedback på eksamensopgaven. Derudover arbejdes der med selvevaluering, feedback, evaluering og videre læringsmål. (se pkt.5.4.2. Evalueringer)

Når den studerende har bestået begge eksaminer på 3. året er han/hun pr. definition godkendt til at varetage *trænings-terapeutiske forløb* med fremmede klienter uden for EFT-instituttet. Den studerende forpligtiger sig til at modtage supervision. (se pkt. 4.4.1. Supplerende terapeutisk træning)

Se evt. også 'Vejledende Studieplan 3.uddannelsesår':

<https://eft-instituttet.dk/uddannelser/4-arig-uddannelse-til-psykoterapeut/studieplaner/>

## 6.4. 4.uddannelsesår

### Indhold

Uddannelsens fjerde år har, som på det tredje år, fokus på den terapeutiske træning, og rummer også det relativt lange eksamensforløb, der løber over i alt 8 moduler (godt og vel et halvt år) inkl. den afsluttende eksamination. Den undervisningsmæssige struktur med 2 trænere/undervisere fortsætter med henblik på, at de studerende fortsat videreudvikler deres terapeutiske kompetencer, samt begynder at få fornemmelse af egen terapeutisk identitet. Der vil endvidere blive arbejdet med *overføringsgrupper*, hvor der oplevelsesorienteret arbejdes med de studerende og deres "her og nu"- oplevelser og opmærksomhed på dem selv i positionen som terapeut.

De studerende vil modtage undervisning af en psykiater i temaet *psykisk sygdom og personlighedsforstyrrelser, psykiatri og psykoterapi*. Sigtet med undervisningen er dels at de studerende får et kendskab til psykopatologiske tilstande og til de psykiatriske kategorier og diagnoser, som bruges i social- og sundhedssystemet og dels – og ikke mindst - at de studerende får indsigt i og kompetence til at kunne forholde sig selektivt til, hvilke klienter, der vil kunne profitere af et Emotions-Fokuseret Terapi-forløb og hvilke, der bør visiteres videre til anden terapeutisk og/eller psykiatrisk behandling. De psykiatriske diagnoser perspektiveres i forhold til EFT's problem forståelse og der sættes lys på forskelle og ligheder i sygdoms- og sundhedsforståelsen.

Udover det løbende fokus på den etiske dimension i den terapeutiske relation vil der være undervisning i etiske regler for psykoterapi. I undervisningen vil de studerende blive præsenteret for og



komme til at arbejde i mindre grupper omkring forskellige etiske problemstillinger og dilemmaer i form af case vignetter fra praksis.

Midtvejs i 4.året, indledes det afsluttende eksamensforløb. De studerende skal starte et terapeutisk forløb med en ukendt klient, og på baggrund af det forløb udarbejde et skriftligt eksaminationsgrundlag til den afsluttende mundtlige eksamination. (se pkt.5.4.1. Eksaminer). De studerende inddeles i grupper og mødes hver 14. dag til hhv. supervision af deres klientforløb, og vejledning af den skriftlige fremstilling af eksaminationsgrundlaget for den mundtlige eksamination.

Forløbet vil endvidere indeholde en workshop/ foredragsrække med forskellige tematikker der er relevante i et teoretisk og metodisk perspektiv, eller som vurderes hensigtsmæssige for den studerende i forståelsen af den terapeutiske verdens mangfoldighed og syn på mennesket. Foredragene kan være en uddybning af forskellige diagnosekategorier eller problematikker som fx Angst, OCD, fobier, borderline, efterfødselsreaktioner. Og/eller de kan omhandle specifikt udviklede anvendelser af Emotions-Fokuseret Terapi i forhold til specifikke klientkategorier/problematikker som fx traumebehandling eller parterapi. Og/eller de kan være en præsentation af andre terapeutiske tilgange, fx den kognitive- adfærdsterapeutiske, til specifikke diagnoser eller problematikker.

Efter den afsluttende eksamination vil de studerende og de implicerede undervisere, i fællesskab samle op, evaluere og afrunde eksamensforløbet og uddannelsesforløbet. Endvidere vil der blive lagt vægt på at holdet og undervisere får sagt et grundigt og hensigtsmæssig *farvel* til hinanden.

Uddannelsesforløbet afsluttes med dimission og reception. De studerende forlader herefter instituttet med de kompetencer, der kan føre til en karriere som psykoterapeut, eller en anvendelse af de erhvervede kompetencer i andre former for erhvervsudøvelse. Fælles for dem alle er, at de har gennemført en dybtgående selvudviklende proces, som har bragt dem i meningsfuld kontakt med dem selv, og udviklet den empatiske forståelse for og accept af egen såvel som andres menneskelighed og væren i verden. Derved ejer de det bedste grundlag for at indgå i menneskeligt berigende relationer.

Se evt. også 'Vejledende Studieplan 4.uddannelsesår':

<https://eft-instituttet.dk/uddannelser/4-arig-uddannelse-til-psykoterapeut/studieplaner/>

## 7. Undervisningsformer

Uddannelsens fundering i det humanistisk, eksistentielle menneskesyn, terapisynd og fænomenologiske tilgang er styrende for og afspejles i EFT-instituttets antagelser omkring læring, uddannelsens pædagogiske design og metoder og undervisernes pædagogiske tilgang.

Formålet med uddannelsen er at udvikle den studerendes terapeutiske kompetencer. Kompetencer forstås som den studerendes potentielle handleevne i relation til en bestemt opgave, situation og omverden. Kompetencer udvikles i spændingsfeltet mellem instrumentel og dialogisk læring.





Instrumentel læring er en handleorienteret tilgang, hvor den studerendes evne til at kontrollere og øve indflydelse på sine omgivelser opøves. Overfor denne tilgang, står den dialogiske læring, som omhandler den studerendes udvikling af evnen til at kommunikere ud fra en berørthed, dvs. til at kunne involvere følelser, organisere sanseindtryk, intentioner, værdier og etiske spørgsmål.

I spændingsfeltet mellem instrumentel og dialogisk læring foregår udviklingen af den studerendes kompetencer som et komplekst dialektisk samspil mellem sociale faktorer og personlige potentialer. Udviklingen sker ikke som et lineært forløb, men derimod i kvalitative spring, som afhænger af den enkelte studerendes oplevelse af sin 'væren i verden', sit 'selv-narrativ' og omgivelsernes forventninger og krav.

I uddannelsens pædagogiske design lægges der derfor vægt på etableringen af et lærende fællesskab, de studerendes læringsmæssige medansvar og rammeplaner for undervisningsmodulerne:

- **Etableringen af et lærende fællesskab** tilvejebringes dels ved en klar rammesætning, som den enkelte kan forholde sig til (studieordning, undervisningsplan, studiehåndbog) og dels ved underviserens balancering af på den ene side en social, trygheds skabende struktur og på den anden side en social udviklende proces.
- **Den studerendes læringsmæssige medansvar:** Undervisningens dobbelte sigte – at bidrage til den studerendes personlige udviklingsproces samtidig med at der sker en faglig kompetenceprogression – kommer konkret til udtryk i en undervisning, hvor der tages udgangspunkt i det, som viser sig i den aktuelle situation. Der lægges vægt på at udforske det oplevede med bevidst opmærksomhed og på refleksionen over det oplevedes betydning for selvpfattelsen og det relationelle felt. Undervisningens reflektive niveau omfatter også træning af den studerendes evne til at inddrage teoretiske referencer i sin meningsdannelse og til gennem opmærksomhedsarbejde at kunne gennemskue sociale dynamikker og derved udvikle evnen til at kunne begå sig på én gang ansvarligt, fleksibelt og stabilt i fællesskaber.
- **Rammeplaner for undervisningsmodulerne:** Læringsmålene for de enkelte undervisningsmoduler tilrettelægges med den grundlæggende oplevelsesorienterede tilgang for øje, således at muligheden for 'mødet i situationen' ikke hæmmes og den studerendes 'aktørstatus' bevares. Med andre ord, således at den studerende har mulighed for at arbejde med sit personlige stof indenfor rammerne af de enkelte undervisningsmoduler. Ligesom dynamikken mellem studerende og underviser skaber rum til praktisk træning i kombination med teoribearbejdning.

Der gøres brug af en række pædagogiske metoder, som anvendes situationsbestemt i undervisningen:

- **Runder/procesrunder** er et gennemgående undervisningselement, der anvendes i forskellige former, afhængig af, hvad målet med dem er.
- **Eksperimenter** vokser som metode ud af øjeblikket, givet af fænomenerne. Målet er at fordybe og fastholde indsigt.



- **Øvelser** er, til forskel fra eksperimentet, konstrueret på forhånd med det formål, at fokusere på og adressere speciel læring.
- Selvom underviserne hyppigst tager udgangspunkt i oplevelsen og efterfølgende knytter teori an til fænomenerne, formidles teorien også via **oplæg** i plenum fortrinsvist i dialogisk form.
- **Refleksion** trænes og anvendes løbende i undervisningen, idet det vægtes, at de studerende kan forholde sig reflektivt både til relationen og teorien.
- **Gruppearbejde**, som det udfolder sig i proces- og studiegrupper er en integreret del af undervisningen. Grupperne mødes mellem hvert modul og arbejder med specifikt definerede opgaver, som tematiserer modulernes indhold.
- Undervisningen er i høj grad karakteriseret ved **feedback** i forskellige former. Feedback praktiseres dialogisk mellem underviser og studerende og studerende imellem. Feedback kan rammesættes med forskelligt fokus. Kendetegnen for feedback i EFT-instituttets regi er, at den er anerkendende og udviklingsorienteret.
- Uddannelsens årlige **evalueringer** og så vidt muligt også **eksaminer** er tilrettelagt, så de indeholder en dialogisk proces, således at de kommer til at række udover kontrol og vurdering og ind i det lærende rum.

## 8. Vejledende Studieplaner og Vejledende Litteraturliste

Vejledende studieplaner for hvert enkelt uddannelsesår samt en vejledende litteraturliste for det samlede uddannelsesforløb er offentligt tilgængelige på EFT-instituttets hjemmeside:

- Vejledende Studieplaner: <https://eft-instituttet.dk/uddannelser/4-arig-uddannelse-til-psykoterapeut/studieplaner/>
- Vejledende Litteraturliste: <https://eft-instituttet.dk/wp-content/uploads/2019/10/Vejledende-Litteratur-vs.3-1-4-%C3%A5rs-litteraturliste.pdf>

At studieplaner og litteraturliste er vejledende indebærer, at der kan forekomme justeringer og ændringer undervejs. EFT-instituttet tilstræber at videreudvikle uddannelsen løbende i takt med ny viden og erkendelse og nye krav fra omgivelserne.

Der udarbejdes konkrete undervisningsplaner og dertil knyttede litteraturlister for ét år ad gangen for hvert hold. De er tilgængelige for studerende på EFT-instituttets hjemmeside via log in for studerende: <https://eft-instituttet.dk/studielogin/>

## 9. Oversigt over uddannelsens samlede lektionsantal og fordeling

### 9.1. Uddannelsens lektionsantal

Uddannelsens underviserbesatte lektioner: **1.160 lektioner**



|                  |               |
|------------------|---------------|
| 1.uddannelsesår: | 284 lektioner |
| 2.uddannelsesår: | 284 lektioner |
| 3.uddannelsesår: | 284 lektioner |
| 4.uddannelsesår: | 308 lektioner |

**Uddannelsens minimumskrav krav om  
supplerende individuel terapi:**

**40 lektioner**

**Proces- og studiegruppemøde lektioner  
med mødepligt:**

**138 lektioner**

|                  |                 |
|------------------|-----------------|
| 1.uddannelsesår: | 37,33 lektioner |
| 2.uddannelsesår: | 37,33 lektioner |
| 3.uddannelsesår: | 37,33 lektioner |
| 4.uddannelsesår: | 26,66 lektioner |

Uddannelsen består således i alt af **1.338 lektioner**, hvortil der er mødepligt

Hertil kommer den

**Supplerende terapeutiske træning:**

3.årets TTS:

Individuelle terapeutiske trænings samtaler med 1.-2.års studerende

**Antal sessioner:**

**varierende**

4.årets TT:

Træningsterapi med 'ukendt' klient

**Antal sessioner: varierende**

4.årets eksamensforløb:

Terapiforløb med eksamensklient

**Antal sessioner: 8-12 sessioner**

og den

**Supplerende supervision:**

Obligatorisk supervision, individuelt eller i gruppe, af

Terapeutiske Trænings-Forløb (TTF):

gruppe)

**Antal sessioner: varierende**

(oftest min. 20 lektioner i

## **9.2. Fordelingen af uddannelsens lektioner på kategorierne 'teori og metode, herunder færdighedstræning', 'egenterapi/selvrefleksion' og 'supervision'**

Som det fremgår af beskrivelserne i nærværende studieordning, er uddannelsen ikke lektionsopdelt i 'undervisning i teori og metode, herunder færdighedstræning', 'egenterapi og selvrefleksion' samt 'supervision'. Derimod er disse kategorier integreret i hvert eneste undervisningsmodul, skønt med forskellig vægtning, dels i de forskellige undervisningsmoduler, dels over tid, jf. figuren i afsnittet 'uddannelsens praktiske dimension' ovenfor.

Imidlertid opereres der med disse kategorier bl.a. i de ministerielle kvalitetskriterier til psykoterapiuddannelser, hvorfor der her gives en oversigt over, hvorledes uddannelsens lektionsantal



skønsmæssigt fordeler sig i % på disse kategorier. Det drejer sig om et *kvalificeret skøn*, i den forstand, at det er baseret på uddannelsens konkrete undervisningspraksis.

- **'Teori og metode, herunder færdighedstræning'** udgør skønsmæssigt 55 % af uddannelsens undervisningstid<sup>5</sup>, hvilket svarer til **560 lektioner**.
- **'Egenterapi/selvrefleksion'** udgør skønsmæssigt 20 % af uddannelsens undervisningstid, hvilket svarer til **240 lektioner**.
- **'Supervision'** udgør skønsmæssigt 25 % af uddannelsens undervisningstid, hvilket svarer til **300 lektioner**.

---

<sup>5</sup> Undervisningstid refererer her til summen af 'underviserbesatte lektioner' og 'supplerende individuel terapi' (1.160 + 40) i alt 1.200 lektioner