

# Psykoteraeutuddannelsen ved EFT-instituttet

## Litteraturliste for 1.året – Hold 25-2Wv3

Overordnet EFT- litteratur til 1. studieåret:

Stiegler, Jan Reidar. Emosjonsfokuseret terapi, *Å forstå og forandre følelser* (2. udg.). Gyldendal Akademisk 2020.

**Bemærk at materialet på studielogin, ikke nødvendigvis har samme rækkefølge som på litteraturlisten.**

### INTRODUKTION

- Stiegler, Jan Reidar. Emosjonsfokuseret terapi, *Å forstå og forandre følelser* (2. udg.). Gyldendal Akademisk 2020. Kapitel 1 og 2.
- Stiegler, Jan Reidar, Sinding, Aksel Inge & Greenberg, Leslie. Klog på følelser. Det, følelserne prøver at fortælle dig. Forlaget Mindspace. 2024.
- *Hvad er EFT. Download\**

### EMPATISK KOMMUNIKATION

- Stiegler, Jan Reidar. Emosjonsfokuseret terapi, *Å forstå og forandre følelser* (2. udg.). Gyldendal Akademisk 2020. Kapitel 6 og 7.
- Boysen, Henriette & Gregersen, Hanne Bloch, *Empatisk kommunikation. Download\**
- Dyhrchrone, Vibeke. *Fænomenologi. Download\**
- Accept, empati og ægthed i psykoteraeutisk praksis. *Download\**

### GENOGRAM -INTERNAT: Mig – i og af – min verden

- Stiegler, Jan Reidar. Emosjonsfokuseret terapi, *Å forstå og forandre følelser* (2. udg.). Gyldendal Akademisk 2020. Kapitel 3, 4 og 5.
- Juhl, Jesper. *Dit kompetente barn*. Clemens Trykkeriet, Århus 1997. Læsevejledning: Bogen skal læses med fokus på integritet og samarbejdede, de teoretiske aspekter, gennemgås i opdateret form, på modulet.
- Gregersen, Hanne Bloch. *RUNDER – et gennemgående undervisningselement. Download\**

### KROP, SANS OG FØLELSE

- Stiegler, Jan Reidar. Emosjonsfokuseret terapi, *Å forstå og forandre følelser* (2. udg.). Gyldendal Akademisk 2020. Kapitel 7.
- Helsted Moe, Karina. Bodyfulness. Din vej tilbage til kroppen. Myrens Forlag. Side 8 - 120
- Bergman, Maria. *Krop og følelser. Download\**
- Brandtbjerg, Merete Holm. *Kropssansning og kropsoplevelse. Download\**
- Bentzen, Marianne og Hart, Susan. Psykoteraeut og neuroaffektiv udvikling *Download\**
- Cornell, Ann Weiser, The power of Focusing, A practical guide to Emotional Self-healing, New Harbinger Publications. S. 1 – 33. Kapitel 1. – 4.

### FØLELSER 1: Følelser i og mellem mennesker - **Ophav-Opvækst-Organisering-Opmærksomhed**

- Stiegler, Jan Reidar. Emosjonsfokuseret terapi, *Å forstå og forandre følelser* (2. udg.). Gyldendal Akademisk 2020. Genlæs Kapitel 3, 4 og 5.
- Boysen, Henriette. *Selvorganisering. Awareness og kontakt. Download\**
- Boysen, Henriette. *Kontaktformer. Download\**
- Miller, Alice. *Det selvudslettende barn*. Hans Reitzel, Socialpædagogisk bibliotek, 3. udg. 2001. Læsevejledning: Bogen skal ikke læses med fokus på de teoretiske aspekter, men udelukkende som inspiration til din personlige proces.
- Vassbø Hage, Anne Hilde & Stiegler, Jan Reidar. *De seks store følelsene, Skam Frykt Iver Tristhed Glæde Sinne. Hvordan emosjonene styrer deg mer enn du aner*. Kagge Forlag 2020. 1. kapitel læses til dette modul, resterende forventes læst til de tre moduler: Følelser i og mellem mennesker 1-3.

*Download\** fra: <https://eft-instituttet.dk/studielogin/?nowprocket=1> (login for studerende) Her finder du ligeledes pdf-kopier af eventuelle PowerPoints til de respektive undervisningsmoduler.

Det er dit eget ansvar at printe såvel undervisningsmateriale som kopier af PowerPoints ud.

## FØLELSER 2: Følelser i og mellem mennesker - Skam, Frygt og Sorg.

### Ophav-Opvækst-Organisering-Opmærksomhed

- Stiegler, Jan Reidar. Emosjonsfokuseret terapi, *Å forstå og forandre følelser (2. udg)*. Gyldendal Akademisk 2020. Genlæs Kapitel 10, 11 og 12.
- Greenberg, Leslie S. & Paivio, Sandra C.: Forskellige former for oplevelse af skam i psykoterapi, i: Lumbye, Jørgen (red): Her og nu – Klassiske og nye gestalt-terapeutiske tekster. Paludan i samarbejde med Gestalt International Study Center. 2004, s. 145-161. Cullberg Weston, Marta. Fra skam til selvrespekt. Dansk Psykologisk Forlag, 2010. Læsevejledning: Bogen opdeler skambegrebet i tre forskellige kategorier rød, hvid- og sort skam. EFT'en forholder sig ikke til en sådan en opdeling, og det efterkommende teoretiske oplæg vil se bort fra en sådan adskillelse. EFT forholder sig til skam, som alle andre emotioner, procesdiagnostisk og er optaget af det enkelte menneskes selvorganisering, i forhold til den fundamentale og medfødte følelse.
- Vassbø Hage, Anne Hilde & Stiegler, Jan Reidar. De seks store følelsene, **Skam Frykt Iver Tristhed Glæde Sinne**. Hvordan emosjonene styrer deg mer enn du aner. Kagge Forlag 2020.

#### Supplerende Litteratur:

- Sørensen, Lars J.: Skam - medfødt og tillært. Gyldendal akademisk, 2013
  - Skårderud, Finn: Skammens stemmer – om taushet, veltalenhet og raseri i behandlingsrommet, i: Tidsskr Nor Lægeforen, nr. 13, 2001; 121: 1613–7. [Link\\*](#)
  - 3 artikler om skam:
    - Wheeler, Gordon: Selv og skam – en gestaltfremgangsmåde. s.162-186
    - Fuhr, Reinhard & Gremmler-Fuhr, Martina: Skam som en normal og sommetider dysfunktionel oplevelse. s. 187-196
    - Resnick, Robert W., Skammens ”tilbagevendende sløjfe” et alternativt gestaltterapeutisk synspunkt. s. 197-211
- Alle i: Lumbye, Jørgen (red): Her og nu – Klassiske og nye gestalt-terapeutiske tekster. Paludan i samarbejde med Gestalt International Study Center, 2004.

## MENNESKETS EKSISTENIELLE GRUNDEVILKÅR OG OVERGANGE

- Jacobsen, Bo. (2009) 'Livets dilemmaer. En bog om eksistentiel psykologi'. København: Hans Reitzels Forlag
- Dyhrchrone, Vibeke. *Den eksistentielle indstilling*. **Download\***
- Dyhrchrone, Vibeke. *De eksistentielle grundvilkår*. **Download\***

## FØLELSER 3: Følelser i og mellem mennesker - Vrede og Afsky

### Ophav-Opvækst-Organisering-Opmærksomhed

- Vassbø Hage, Anne Hilde. Sinte barn og Sinte voksne. Slik forstår og håndterer du sinne. Gyldendal Norsk forlag AS.
- Stiegler, Jan Reidar. Emosjonsfokuseret terapi, *Å forstå og forandre følelser (2. udg)*. Gyldendal Akademisk 2020. Kapitel 8, 9 og 10.
- Vassbø Hage, Anne Hilde & Stiegler, Jan Reidar. De seks store følelsene, Skam Frykt Iver Tristhed Glæde **Sinne**. Hvordan emosjonene styrer deg mer enn du aner. Kagge Forlag 2020.
- Hansen, Brian Benjamin & Mayntz, David. Det ækle. Akademisk forlag, 2018.

Desuden kan følgende to bøger, der desværre er udsolgt fra forlagene, men måske kan lånes eller købes antikvarisk, anbefales:

- Lerner, Harriet Goldhor, Vredens dans – Brug din vrede konstruktivt, Gyldendals Bogklubber, 1994. Reprint udgave, 2005 og
- Følelsernes dans, Spektrum 1993, 2.udgave 1994 (Engelsksprogede udgaver kan købes på Saxo.com)

**Download\*** fra: <https://eft-instituttet.dk/studielogin/?nowprocket=1>(login for studerende) Her finder du ligeledes pdf-kopier af eventuelle PowerPoints til de respektive undervisningsmoduler. Det er dit eget ansvar at printe såvel undervisningsmateriale som kopier af PowerPoints ud.

## OPSAMLING PÅ 1. ÅRETS TEMATIKKER

- Stiegler, Jan Reidar. *Emosjonsfokuseret terapi, Å forstå og forandre følelser (2. udg)*. Gyldendal Akademisk 2020. Kapitel 13 og 14.
- Gregersen, Hanne Bloch. *Emotions-fokuseret terapi – essens og praksis*. **Download\***
- Eksamensbeskrivelse 1.års eksamen. **Download\***

Afleveringsfrist for skriftlig selvevaluering 1. **Download\***

## EVALUERING