




EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Emotionsfokuseret terapi for par EFT-C Modul 8 konsolidering Afrunding af efteruddannelsen

© EFT-instituttet

1



EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Program for dagene

Dag 1 Vibeke

- Brush-up på modellen
- Markører for parathed til fase 5
- Fase 5's trin

Dag 2

- Opsamling fra sidste modul om seksualitet
- Supervision
- Temaer med afsæt i supervisionen

Dag 3

- Supervision
- Temaer med afsæt i supervisionen
- Næste skridt – certificering
- Afrundingsproces
- Reception og Kursusbeviser (fra kl. ca. 15.30)

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 2

2




EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Forandringsprocessen i EFT/C

1. Afdækning af underliggende sårbare følelser, som igangsætter forandring i partnerens syn på hinanden og ændrer partnerens måde at respondere på hinanden.
2. Partnerne udvikler en kapacitet til at trøste/møde hinandens og deres egne emotioner.
3. Gennem at dele ens indre sårbarhed, kan partnere få en korrektiv emotionel oplevelse. Hvis partneren kan respondere med omsorg, kan det være korrektiv, fordi det afkræfter vores mest smertefulde maladaptive følelser omkring os selv (f.eks. "jeg føler mig ikke værd at elske", "jeg er værdiløs") (Fra Greenberg EFT/C level 1)

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 3

3


 EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Vigtige elementer i fase 3 og 4

- Engagering af tilbagetrukne partner
- Opblødning af opsøgende partner
- Dominerende/aktiv partner har sluppet dominans og eller kontrollen
- Submissiv/passiv partner træder op for sig selv og tager ansvar
- Heling af emotionelle svigt
- Eventuelt individuelle processer i terapien for at styrke partneres evne til selvregulering.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 9

9

 EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Markører for fase 4 udførelse klar til konsolidering

Partnerne

- ✓ Bedre kontakt mellem partnerne og de udstråler, at de føler sig mere trygge og validerede i relationen, mindre vagtsomhed.
- ✓ Mere udbredt positiv cyklus. Hvor de-eskallering skaffede et pusterum, er partnerne nu bedre til at udtrykke følelser og behov uden kritik, tilbagetrækning, dominans eller underkastelse, og møde hinanden med empati.
- ✓ Partnerne ser hinanden og hinandens respons i mere positivt lys og de udviser større grad af engagement, accept og værdsættelse af hinanden.
 - ✓ Tidligere undvigende partner er mere responsive og i kontakt, og oplever mindre afmagt.
 - ✓ Tidligere opsøgende partner kan tolerere momenter med brudt kontakt og fremtræder mildere og er mindre ængstelig.
 - ✓ Tidligere dominante partner kan udtrykke følelser og behov uden at dominere/styre.
 - ✓ Tidligere submissive partner udtrykker følelser og behov, incl. grænsesætning.
- ✓ Større **robusthed** i parforholdet – der skal mere til, for at gl. cyklus dukker op, og parret er bedre til at løse det og reparere brud, når den gamle cyklus dukker op.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 10

10

 EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Ved terapiens afslutning

- Ikke sikkert at alle maladaptive tilstande er fuldt ud transformeret ved parterapiens afslutning, men partnerne er bedre i stand til at forstå og tage hånd om dem, ved hvordan de kan undgå at triggere smerten hos hinanden og hvordan de kan reagere på hinanden, hvis de gør.
- Der kan også være en frygt/uro for at slippe terapien.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 11

11

EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Modellen del 3

Konsolidering, konkrete problemstillinger

FASE 5: Konsolidering og integration –
Understøttelse af forandringer i relationen og nye narrativer skabes.

- Trin 13: Faciliter partnerne i at fremme de nye interaktionsmønstre og skabe løsninger på uløste problemstillinger og/eller temaer.
- Trin 14: Udspil nye positioner, konsolider forståelsen af cyklus og skab nye narrativer.

Skal hjælpe par til at forhindre tilbagefald

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 12

12

EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Skift i terapeutrollen

Udforskningsprocessen
(Inspireret af Susan Johnsons EFT-tango)

- Mindre dirigerende, men fortsat faciliterende i dialogen, for at fordybe afdækning og emotionel kontakt i de temaer, de bringer op.
- Validerende, fremhæver parrets fremskridt, udforsker, fejrer med dem.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 13

13

EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Trin 13: Faciliter partnerne i at fremme de nye interaktionsmønstre og skabe løsninger på uløste problemstillinger og/eller temaer.

- Lader partnerne bringe emner op, som de endnu ikke har fundet løsning på. *"Er der noget, som I stadig synes er for svært at få talt om hjemme?"*
- Facilitering af samtale om de emner, hvor terapeuten hjælpe dem til at holde sig på sporet – kan eksempelvis være at arbejde videre omkring intimitet og seksualitet, spiritualitet, fælles ønsker og drømme, børn mv.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 14

14

 EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Om niveauer og certificering

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 22

22

 EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

 INTERNATIONAL
SOCIETY for
EMOTION
FOCUSED
THERAPY

- ISEFT har til formål at skabe et EFT fællesskab, fremme anvendelsen af EFT, teori, træning og forskning. ISEFT er involveret worldwide i træning af terapeuter, supervisorer og trænere i EFT.
- ISEFT har defineret standarder for træning og certificering.
- Som terapeut kan du blive individuelt medlem og blive listet på ISEFT's terapeutsider:
<https://www.iseft.org>

EFT-C Community meetings for ISEFT medlemmer starter 16/5.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 23

23

 EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi


EFT-C level A

Completion of basic EFT for Couples Training

- Gennemført den teoretiske del af efteruddannelsen i emotionsfokuseret terapi
- Har haft minimum 10 parterapi-sessioner (individuelle sessioner medregnes ikke) fordelt på minimum 2 par
- Har modtaget minimum 5 timers supervision af ISEFT godkendt EFT-C supervisor (individuelt eller i gruppe) på parterapiarbejde (hvor videooptagelse af ens parterapiarbejde har indgået i supervisionen).

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 24

24




EFT-C Level B

Supervised practice – mellemstationen ☺

- Level A gennemført
- Har haft minimum 60 timers parterapisessioner (individuelle sessioner medregnes ikke) fordelt på minimum 2 par.
- Har modtaget minimum 16 timers supervision af ISEFT godkendt EFT-C supervisor (individuel eller i gruppe) på parterapiarbejde (hvor videooptagelse af ens parterapiarbejde har indgået i supervisionen).
- Her fremsendes dokumentation (f.eks. supervisionslog med sammentælling af timer) til EFT-instituttets certificeringsansvarlige (Steen Rassing), og bekræftelse sendes per mail.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 25

25




EFT-C Level C

- Forudsætning: Level B
- Selve certificeringen foretages på baggrund af en evaluering af terapeutens tilegnelse af den emotionsfokuserede parterapis metode og interventioner, baseret på en vurdering af 2 videooptagede sessioner med to forskellige par med tilhørende transcript samt casebeskrivelse for hvert par, der inkluderer en caseformulering.
- En ISEFT certificeret parterapeut (Level C) har bevist, at han/hun kan arbejde i overensstemmelse med modellen for emotionsfokuseret parterapi.
- Selve certificeringsprocessen skal ses som en "praktikperiode" eller et "mesterlæringsforløb", hvor du gennem supervisionerne virkelig får fordybet din mestring af modellen og brugen af interventioner i forhold til din praksis som parterapeut.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 26

26



Førdele ved certificering

For terapeuten


- Fordybet læring i modellens interventioner og processer i praksis gennem supervisionsprocessen, hvor der er fokus på "momenter, hvor jeg gør det bedst mulig". Erfaringer viser at terapeuter gennem certificeringsprocessen virkelig oplever blive bedre til EFT-C i praksis.
- Giver mulighed for at gå videre med supervisortræning (Level D).

For andre

- Er en slags "kvalitetssikring" for klienten eller kollegaen, der henviser, idet man har dokumentation for, at terapeuten virkelig kan benytte metode og model i praksis.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 27

27

 EFT-instituttet
Emotions-Fokuseret Terapi

Videoptagelser

- Videoptagelse 1 viser fase 2 arbejde
- Videoptagelse 2 viser fase 3 og/eller fase 4 arbejde
- Skal være 2 forskellige par
- Videoptagelse følges af transcript
- Der skal laves casebeskrivelser på hvert par

- Mere detaljerede kriterier fremgår af dokumentet "EFT-instituttets parterapeutiske certificering" – gældende udgave er 2025 udgaven.

EFT/C modul 8 © EFT-instituttet Slide: 28
