



## Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach L. Greenberg

**Termin:** Freitag 02.09.2022. – Samstag 03.09.2022 (Tag 1: 10-18 Uhr, Tag 2: 9-16 Uhr)

**Veranstaltungsort:** Praxis für Psychotherapie, Vormholzer Str. 12, 58456 Witten (NRW)

**Dozentin:** Dipl.-Psych. Stefanie Kiszkenow-Bäker, niedergelassene Psychologische Psychotherapeutin, zertifizierte Emotionsfokussierte Therapeutin, Dozentin des IEFT

**Hintergrund:** Als wissenschaftlich fundiertes Therapieverfahren arbeitet die Emotionsfokussierte Therapie mit Emotionen als wichtiger Ressource für die Veränderung psychischer Schwierigkeiten sowie für die persönliche Entwicklung. Emotionen sind eine zentrale Quelle, die uns Informationen über unsere Bedürfnisse und Werte zur Verfügung stellt und damit hilfreich für eine resiliente Selbstorganisation ist.

Der Ansatz der Emotionsfokussierten Therapie basiert auf Erkenntnissen der Psychotherapie-Prozessforschung sowie aktuellen neurowissenschaftlichen Befunden. Sie bietet TherapeutInnen wirksame Prinzipien und Strategien, um direkt mit den Emotionen der KlientInnen zu arbeiten. Getragen durch die therapeutische Beziehung werden KlientInnen befähigt, sich dysfunktionalem emotionalen Erleben (primär maladaptive oder sekundäre Emotionen) akzeptierend und bewusst erlebend zuzuwenden. Hierüber entsteht ein vertiefter Zugang zu zentralen Bedürfnissen, hilfreichen Handlungsimpulsen und adaptiven Emotionen. Somit werden Emotionen zum Motor nachhaltiger Veränderungsprozesse.

**Methodik:** Dieser zweitägige Workshop führt die Teilnehmenden in die Theorie und Praxis der Emotionsfokussierten Therapie ein. Die Teilnehmenden lernen vertieft, wie empathische Beziehungsgestaltung, prozessfolgende und prozessdirektive Interventionen miteinander integriert werden, um von Moment zu Moment mit auftauchenden Emotionen zu arbeiten und diese unmittelbar zugänglich zu machen. Die Wahrnehmungskompetenz unterschiedlicher Emotionstypen (adaptiv/maladaptiv, sekundär/primär) wird geschärft.

Neben Theorie-Input werden emotionsfokussierte Prinzipien und Interventionen anhand von Lehrvideos demonstriert (das Videomaterial ist größtenteils in englischer Sprache mit deutschem Untertitel). In Kleingruppen kann praktisch trainiert werden. Bereitschaft zur Selbsterfahrung ist hierbei förderlich und ausdrücklich erwünscht.

Die Veranstaltung findet bewusst in **kleiner Gruppengröße statt (6 bis 8 TeilnehmerInnen)** um individuell profitieren zu können.

Für diese Veranstaltung werden Fortbildungspunkte beantragt.

**Teilnahmegebühr : 380,00 €**

**Zielgruppen:** Psychologische und Ärztliche PsychotherapeutInnen (andere Berufsgruppen auf Anfrage)

**Anmeldung und Rückfragen an:** [praxis@therapiewitten.de](mailto:praxis@therapiewitten.de)