



SVENSKA INSTITUTET FÖR
EMOTIONSFOKUSERAD TERAPI

Varmt välkommen till 4 dagars terapeut-utbildning i
Emotionsfokuserad färdighetsträning (EFST) för föräldrar
25-28 april 2022 med Dr. Joanne Dolhanty

Plats: Zoom
Tid: 25-28 April 2022
Pris: 9000 SEK exkl moms

Utbildningen är öppen för alla psykologer, terapeuter, socialrådgivare och föräldrahandledare. Den kommer att vara upplevelsebaserad, och bestå av en kombination av undervisning, övningar och färdighetsträning.

Efter genomförd utbildning har deltagarna kunskap och praktiska färdigheter att själva ge individuell föräldrahandledning och erbjuda föräldrakurs.

Emotionsfokuserad Färdighetsträning (Emotion Focused Skills Training, EFST) för föräldrar är ett innovativt, enkelt och effektivt föräldrastödprogram.

EFST stöder föräldrar genom att stärka de i sitt ansvar att vägleda sitt barn, familj eller andra nära och kära. Själva strukturen för EFST som kommer att läras ut under kursen har också tillämpningar inom en rad olika områden, inklusive föräldrar och omsorgspersoner, personlig utveckling, skolor, samt handledning och undervisning.

Färdigheter som terapeuterna kommer lära sig arbeta med och även lära ut är följande:

- **Empatisk validering:** Hur vi möter barnets känslor på ett sätt som ger möjlighet att förstå, stå ut med, hantera och inte skämmas över egna känslor.
- **Känslöfallor:** Hur våra egna känslor hindrar oss från att se de känslomässiga behoven och göra det som är bäst för barnet.
- **Reparera:** Hur kan vi reparera och be om ursäkt när vi gjort/sagt något som barnet mår dåligt över.
- **Sätta gränser:** Hur vi kan sätta gränser på ett sunt och flexibelt sätt.

Ett centralt mål med EFST är att ge föräldrar och omsorgsgivare färdigheter att möta deras barns känslor på ett hälsofrämjande sätt. Detta innefattar även att ta hand om egna känsloreaktioner som förälder. EFST är en vetenskapligt beprövad metod för att hantera känslor i föräldrarollen.

Undervisare: Dr. Joanne Dolhanty, PhD, är en klinisk psykolog och lärare för organisationer inom psykisk hälsa i Kanada och internationellt. Tillsammans med Dr. Leslie Greenberg utvecklade hon tillämpningen av emotionsfokuserad terapi till ätstörningar, och hon är utvecklaren av Emotion Focused Skills Training (EFST). Joanne är känd för sin livliga, varma och engagerande undervisningsstil; och för att göra komplexa begrepp tillgängliga och levande.



För mer info se www.sieft.se eller kontakt Vegard Hanken på: info@sieft.se