



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.

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.

EFST ger dig praktiska arbetsätt att styrka föräldrarnas emotionella omsorgskompetens genom att:

- 1 Ge föräldrarna upplevelsebaserad kunskap och färdigheter i att hjälpa och vara där för sina barn.**
- 2 Hjälpa föräldrarna att identifiera, förstå och bekräfta barnets svåra känslor och emotionella behov.**
- 3 Hjälpa föräldrarna att bli medvetna om när de blir styrda av att undvika egna obehagliga känslor, framför att göra det som de vet är det bästa för barnet.**
- 4 Hjälpa föräldrarna att ta radikalt ansvar för förälder-barn-relationen. Att reparera nya och gamla emotionella sår av att ha varit avvisande, kritiska eller skrämt sina barn.**
- 5 Hjälpa föräldrar att sätta goda gränser för sig själv och barnet.**

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.

Plats: Zoom Tid: 25-28 April 2022, 11-18 (Paus 14-15).

Pris: 9000 SEK exkl moms. I priset ingår även ett års tillgång till online kurs med självstudier i EFST från Emotion Training Institute till ett värde av 2000.

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