



Norsk Institutt for
Emosjonsfokusert Terapi

PROGRAM

3-dagers kurs i emosjonsfokusert ferdighetstrening for ungdom og familier

Praktisk og ferdighetsorientert opplæring i arbeid med ungdom, foreldre og familier - med utgangspunkt i EFT og EFST.

Dag 1 Dyadesamtaler	Dag 2 Dyadesamtaler og stolarbeid	Dag 3 Integrering og fleksibilitet
------------------------	---	--

Norsk Institutt for Emosjonsfokusert Terapi (NIEFT)

Dag 1

Dyadesamtaler | 09.00-16.00

09.00-10.00	Introduksjon til EFT og EFST for ungdom og familier • Familieperspektivet i terapi • Tilknytning, identitet, emosjoner og relasjonelle sykluser • «Trygt sted»-øvelse • Introduksjon til dyadesamtaler • Mål for kurset
10.00-10.15	Pause
10.15-11.00	Undervisning og film/demonstrasjon • Høre, gjengi og validere • Emosjonelle behov hos ungdom • Struktur for dyadesamtaler • Non-verbale signaler - hvordan avlese kroppsspråk, mimikk og stemmeleie hos ungdom og foreldre
11.00-11.15	Pause
11.15-12.00	Live demonstrasjon og øvelse • Live demonstrasjon på scenen/film • Øvelse: Avlese non-verbale signaler - identifisere følelsesuttrykk i filmklipp/demonstrasjon
12.00-13.00	Lunsj
13.00-13.30	Ferdighetstrening to og to • Gjengi • Validere • Møte emosjonelle behov • Øvelse: Legge merke til og respondere på non-verbale signaler hos samtalepartneren
13.30-13.35	Pause
13.35-15.00	Personlig arbeid i grupper - 2 runder med dyadesamtaler • Deltaker arbeider som seg selv som ungdom • En annen spiller omsorgsperson • Terapeut trener på struktur, å hjelpe omsorgsperson til å lytte, gjengi og validere ungdom, og til emosjonell fordypning
15.00-15.15	Pause
15.15-16.00	Undervisning, film og debrief • Erfaringer fra gruppene • Vanlige utfordringer • Hvordan ivareta begge parter • Når bremse, regulere eller ta pause? • Filmeksempler

Dag 2

Dyadesamtaler og kortversjon av følefelle-/selvavbrytelsesarbeid | 09.00-16.00

09.00-10.00

Undervisning og film

- Følefellearbeid med ungdom
- Selvavbrytelsesarbeid
- Tilpasninger til foreldre og ungdom
- Når avbryte dyaden for individuelt/foreldrearbeid?

10.00-10.15

Pause

10.15-11.15

Demonstrasjon og film

- Dyadesamtale kombinert med stolarbeid
- Demonstrasjon på scenen
- Hvordan bringe ny emosjonell erfaring tilbake til relasjonen

11.15-12.00

Personlig arbeid i grupper - runde 1

- Overganger mellom dyade og individuelt arbeid
- Fordypning av emosjoner

12.00-13.00

Lunsj

13.00-14.30

Debrief i stor gruppe og personlig arbeid i grupper - runde 2

- Dyadesamtale
- Kort følefelle- eller selvavbrytelsesintervensjon
- Tilbake til dyaden

14.30-14.45

Pause

14.45-15.00

Undervisning, film og debrief

- Erfaringer fra gruppene
- Kliniske beslutningspunkter
- Vanlige utfordringer
- Filmeksempler

15.00-15.15

Pause

15.15-16.00

Undervisning og film

Dag 3

Integrering av individuelt arbeid, ferdighetstrening og dyadesamtaler | 09.00-15.00

09.00-10.00	Undervisning og film • Terapeutisk fleksibilitet • Når bruke individuell samtale? • Når bruke dyadesamtale? • Når trene ferdigheter? • Filmeksempler
10.00-10.15	Pause
10.15-11.00	Personlig arbeid i grupper - runde 1 • Integrert arbeid med dyader og individuelt arbeid
11.00-11.15	Pause
11.15-12.00	Undervisning og debrief • Erfaringer fra gruppene • Kliniske refleksjoner • Veien videre i arbeidet
12.00-13.00	Lunsj
13.00-14.00	Personlig arbeid i grupper - runde 2
14.00-14.15	Pause
14.15-15.00	Avslutning • Oppsummering • Videre EFT- og EFST-opplæring