**Emotion-Focused Therapy**

**Level II**

![1 eft logo[1]]()

*Opleiding erkend door: International Society for Emotion Focused Therapy en VPeP*

### **Welkom!**

Van harte welkom bij de opleiding EFT Level I van EFTiN

EFT level-I is onderdeel van de internationaal erkende EFT-opleiding tot EFT Therapeut. EFT Level I bestaat uit vier aaneengesloten cursusdagen.

In dit bestand vind je onder andere:

1. Het draaiboek met informatie over de accreditatie; de werkwijze en de beoordelingscriteria;
2. Het dagprogramma met een overzicht van de voor te bereiden literatuur;
3. Docenten informatie;

Wanneer je verhinderd bent voor een cursusdag of een cursus dagdeel verzoeken wij je dit zo snel mogelijk door te geven.
Dit kan per e-mail via *info@eftin.nl*

Veel succes!

**Draaiboek**

**Emotion-Focused Therapy Level I – 2021-2022**

**Data:**

27 – 30 oktober 2021
17 – 20 mei 2022
najaar 2022

**Docenten:**
Juliette Becking, Fiona van Dijk en/of Pauline Borduin.

**Locatie:**

Kloosterhotel Zin, gelegen aan de Boxtelseweg 58 in Vught (5261 NE).

### **Inhoudsopgave Pagina**

1. Inleiding 5

1. Doelgroep en toelatingseisen 7
2. Praktische informatie 8
3. Leerdoelen en programma 9
4. Evaluatie en beoordeling 11
5. Literatuur 11
6. Docenteninformatie 11

**1. Inleiding

Emoties** zijn de sleutel tot effectieve verandering. Vanuit dat principe werkt de EFT-therapeut. Emotion Focused Therapy for individuals (EFT-i) is een evidenced based, emotiegerichte behandelingswijze.  Een therapeutische aanpak die cliënt­gerichte, gestalt- en existentiële therapieën combineert met hedendaagse inzichten en praktische methodieken. EFT integreert een sterke theoretische onderbouwing vanuit de emotietheorie met krachtige procesprotocollen: markers en tasks. De bekende stoelentechnieken (two-chair dialogue en empty chair) zijn daar een voorbeeld van. De EFT-therapeut faciliteert de emotionele intelligentie van de cliënt door samen te werken aan het uiten, exploreren, begrijpen en herstructureren van emoties. Een sterke verbinding met de cliënt is daarbij de basis. Hierdoor is het goed mogelijk een gestagneerd proces vlot te trekken. Je weet precies wat je moet doen en waarom. Dat maakt EFT echt anders dan andere therapieën en vitaliserend voor cliënt én therapeut.

Aan bod komen onder andere:

* Theoretisch kader: wat is EFT?
* Achtergronden en ontstaan EFT. EFT is een combinatie van persoonsgerichte experientiële psychotherapie (voorheen clientgerichte psychotherapie), moderne emotie-theorie en stoelen/enactment technieken uit psychodrama/gestalt. Hiermee worden de basiscondities empathie, congruentie en acceptatie als basis gezien en bekend verondersteld. De relatievorming staat steeds centraal, zowel als middel en als helend aspect van de therapie. De basishouding wordt gevormd door 2 aspecten, namelijk empathie en focusing (Gendlin). Deze centrale houdingsaspecten worden door de hele cursus en alle oefeningen in kleine groepen steeds benadrukt en verfijnd.
* Het mensbeeld dat ten grondslag ligt aan EFT is neo-humanistsich en de theorie van dialectisch constructivisme (twee fundamentele systemen: 1. Affectief/pre-symbolisch -affect regulatie als core-motief en 2. Betekenis verlenen/ symbolisch – betekenis willen geven als core motief. De interactie tussen beide systemen bepalen ervaring. Ook hieraan wordt theoretisch uitleg gegeven om zo het therapeutisch proces te kunnen inbedden in een theoretische grondslag die het handelen stuurt. De ‘EFT-Case Formulation’ die geldt als idiosyncratische theorie over de specifieke unieke cliënt maakt dit alles concreet en wordt gezien als dynamische leidraad door de hele therapie heen. Ook hieraan wordt aandacht besteed in deze cursus- het leren opstellen van een CaseFormulation met daarin macro en micro markers en die mee verandert naarmate de therapie vordert
* Emotietheorie:
* Wat is emotie? EFT ziet emoties als fundamenteel adaptief. Ze helpen ons te overleven door ons te voorzien van een efficiënte, automatische manier van snel reageren op belangrijke situaties. Ze bereiden ons voor op ‘actie’, integreren onze ervaringen en geven betekenis. Basisconcepten in EFT-emotietheorie zijn:
	+ Emotion assesment: onderscheid leren maken tussen primaire / secundaire emoties en adaptieve/ mal-adaptieve emoties, die ieder een eigen manier van interveniëren vragen
	+ Emotion schemes: **impliciet** patroon van mentale organisatie: bestaande uit componenten die gelinkt zijn in een netwerk en elkaar continu beïnvloeden (5 elementen zijn: trigger - situational aspect/ gewaarwordingen in lichaam - bodily aspect/ overtuigingen, betekenisgeving - symbolic aspect / behoeftes en wensen, neigingen – needs and actiontendency / met in het midden de emotie.
	+ Emotion change principles: EFT ziet 6 fases in het emotionele veranderproces die leiden tot transformatie, onderverdeeld in 3 groepen:
		- 1. toegang krijgen tot emotie
			2. moduleren en begrijpen
			3. transforming emotion
	+ neuroscience en principe van ‘changing emotion with emotion’
* Proces-directieve manier van werken gekenmerkt door de ‘moment to moment empathy’.
* Veel meer dan de puur persoonsgerichte experientiële psychotherapie is EFT een therapie van volgen en leiden. ‘Volgen’ bestaat uit Presence (volledig als jezelf in het moment aanwezig zijn), empatisch afstemmen en communiceren van relationele houdingsaspecten. Dit is meer de basis clientgerichte houding. Leiden en sturen is een toevoeging die specifiek is voor EFT: het faciliteren van bepaalde manieren van emotie-proces op bepaalde momenten – bepaald door de specifieke markers (proces-signalen) waar bepaalde specifieke manieren van werken worden voorgesteld en ingebracht om een gestagneerd proces vlot te trekken en transformatie te bewerkstelligen. Cursisten leren deze markers herkennen en de stappen van de tasks te volgen in de oefen-groepjes. Steeds hierna weer plenaire terugkoppeling - om praktijk en theorie samen te laten komen.
* Werken met de verschillende  ‘tasks’ , zoals Systematic Evocative Unfolding  Empty chair, Two chair dialogue for conflict splits.
* Op grond van zeer uitgebreid proces-onderzoek zijn verschillende proces-signalen (markers) gedestilleerd waarvan bepaalde emotie-processen helpend blijken te zijn om tot verandering te komen. Deze manieren zijn vervolgens in ‘tasks’ weergegeven. Steeds een zes-stappen protocol, leidraad. Er zijn 13 markers en tasks, waarvan degene met stoelenwerk de meest bekende zijn. Hieronder vallen:
	+ 2-stoelen **dialoog** – voor ‘conflict split’ bij negatieve zelf-evaluatie (zelf-zelf)
	+ 2-stoelen **enactment –** voor zelf-interrupties (zelf-zelf)
	+ Lege stoel dialoog – voor ‘ unfinished bussiness’ (zelf ander)
	+ Self-Soothing dialoog – voor diepe wanhoop (zelf-ander)
* In deze level I komen de eerste 3 aan bod.
* Iedere marker heeft een beschrijving van de te volgen stappen- de task, 6 fases die in ‘model of resolution’ is uitgewerkt. Steeds wordt eerst de theorie en het model van de 6stappen uitgelegd, ondersteunt door een DVD of een demonstratie, waarna de deelnemers dit gaan oefenen in de kleine groepen. Steeds is een voorwaarde dat met een eigen onderwerp inbrengt in de client-rol, om optimaal en waarachtig de kracht van de methode zelf te voelen en te ervaren. Dit is een zeer krachtige manier van leren, als men van binnenuit de transformerende werking van deze ‘therapie-taken’ aan den lijve ervaart.

De cursus bestaat uit afwisselend theorie, oefenen in de kleine groep met eigen materiaal in bijzijn van een docent of facilitator, demonstraties plenair door docent en DVD’s.

Steeds gaat het erom vanuit de theoretisch achtergrond het zelf te leren toepassen waarbij in de plenaire terugkoppeling de theorie en praktijk worden geïntegreerd en zo een manier van leren wordt gefaciliteerd die zal beklijven door combinatie van theorie en eigen-ervaren.

**2. Doelgroep en toelatingseisen**

Bij EFTiN kunt je de internationaal erkende EFT-opleiding tot EFT-therapeut volgen, zoals deze wereldwijd is opgezet door Les Greenberg, Robert Elliott, Jeanne Watson en Rhonda Goldman, bestuurders van de International Society for Emotion-Focused Therapy (isEFT), www.iseft.org. De (minimum)eisen van welke niveaus je precies moet doorlopen om je EFT-Therapeut te mogen noemen, en waaraan je moet voldoen om supervisor en trainer te worden, zijn vastgelegd in de isEFT standards. Daarnaast hebben wij met isEFT gekeken hoe we er gezamenlijk voor zorgen dat de opleiding zo goed mogelijk past binnen het huidige Nederlandse systeem en welke opleidingseisen gelden voor de Nederlandse situatie.

Voor meer informatie over deze cursus kunt u contact opnemen met Brunhilde Legeland via info@eftin.nl of bekijk ons cursusaanbod op www.eftin.nl.

**3. Praktische informatie**

**3.1 Locatie**

De opleiding vindt plaats bij Kloosterhotel Zin, gelegen aan de Boxtelseweg 58 in Vught. Op hun website (www.kloosterhotelzin.nl) vind je een routebeschrijving.

**3.2. Data**

17 – 20 mei of 11 – 14 oktober 2022

**3.3 Docenten (in docenten bijlage meer info)**

* Mw. drs. J.M. Becking, Klinisch psycholoog, en Psychotherapeut (BIG), opleider VPEP en EFT Trainer
* Fiona van Dijk en/of Pauline Borduin.

**3.4 Accreditatie**

Accreditatie wordt aangevraagd bij beroepsverenigingen:

* VPeP
* FGzPt
* NIP
* NVP
* NVvP - in overleg met EFTiN

**3.5 Evaluatie van de opleiding**

De opleiding wordt geëvalueerd in een plenaire bespreking tijdens de laatste bijeenkomst door middel van een evaluatieformulier.

**3.6 Afwezigheidsregeling**

Er mag maximaal 1 dag in de gehele cursus worden gemist???

**3.7 Prijs**

De prijs van de cursus is inclusief uitgebreide lunch, koffie, thee en water.

1. **Leerdoelen en programma**

Deelnemers leren:

* Basis principes van EFT te implementeren
* Identificeren van verschillende emotie responsen
* Wanneer cliënten te helpen de emoties te containen en wanneer te verdiepen om toegang toe te krijgen
* Om cliënten te helpen onverwerkte en pijnlijke emoties verwerken
* emotieproces bij cliënt te faciliteren waardoor zelf -kritische splits (interne criticus, negatieve zelf-relatie) en ‘unfinished business’ kunnen worden opgelost

De training zal bestaan uit een combinatie van theorie, DVD- demonstraties, casus bespreking en supervisie in kleine groepen op eigen werk.

Dag 1: Achtergronden EFT, Emotie theorie, Procesprotocol in EFT markers: Taken Ruimte maken ‘Clearing a space’ & Focusing

Dag 2: Taken Systematisch Evocatief Ontvouwen & Lege Stoel voor ‘unfinished business’

Dag 3: Experientiele response modes & taak 2-Stoelen voor conflict splits en negatieve zelf-evaluatie

Dag 4: EFT in de praktijk – toepassing bij depressie, sociale angst, GAS, borderline organisatie en trauma & Casus-Formulering (case-formulation in EFT)

**Dag 1**

09.30 – 10:00 uur Kennismaking

10:00 – 11:00 uur EFT – achtergronden en theorie

*11.00 – 11.15 uur* *pauze*

11:15 – 12.00 uur Emotietheorie, emotie schema’s en Emotie-types –

12.00 – 13.00 uur Oefenen experiëntiële basishouding in subgroepen

*13.00 – 14.00 uur lunch*

14.00 - 14.45 uur Procesprotocol in EFT markers

(proces-signalen) en Tasks (procestaken)

14.15 – 15.00 uur Emotieregulatie – Empathie en oefenen in subgroepen

*15.00 – 15.15 uur pauze*

15.15 – 17.15 uur Focusing en ruimte maken en oefenen in subgroepen

17.15 – 17.30 uur Plenaire nabespreking

**Dag 2**

09.30 – 10:00 uur vragen

10:00 – 11:00 uur SEU voor PRP

*11.00 – 11.15 uur* *pauze*

11:15 – 13.00 uur Oefenen in subgroepen en DVD

*13.00 – 14.00 uur lunch*

14.00 - 14.45 uur Procesprotocol in EFT markers
(proces-signalen) en Tasks (procestaken)

14.15 – 15.00 uur Lege Stoel voor ‘Unfinished Business’ & Self-Soothing

*15.00 – 15.15 uur pauze*

15.15 – 17.00 uur Oefenen in subgroepen

17.00 – 17.30 uur Plenaire nabespreking

**Dag 3**

09.30 – 10:00 uur vragen

10:00 – 11:00 uur therapeutische empathische en experiëntiële respons modes

*11.00 – 11.15 uur* *pauze*

11:15 – 13.00 uur Oefenen in subgroepen

*13.00 – 14.00 uur lunch*

14.00- 14.45 uur Twee-stoelenwerk (task) voor intern conflict, criticus,

 zelf-interruptie
 (Marker) “Negative treatment of self”

14.15 – 15.00 uur DVD of presentatie

*15.00 – 15.15 uur pauze*

15.15 – 17.00 uur Oefenen in subgroepen

17.00 – 17.30 uur Plenaire nabespreking

**Dag 4**

09.30 – 10:00 uur vragen

10:00 – 10.30 uur EFT in de praktijk – toepassing bij depressie, sociale angst, GAS, borderline organisatie

10:30 – 11.00 uur EFTT- EFT voor complex trauma

*11.00 – 11.15 uur* *pauze*

11:15 – 13.00 uur DVD en Oefenen in subgroepen

*13.00 – 14.00 uur lunch*

14. 00 – 15.00 uur Case formulation & terugblik op belangrijkste Tasks - identificeren taak op grond van markers
*15.00 – 15.15 uur pauze*

15.15 – 17.00 uur Oefenen in subgroepen - ‘open marker-work’

17.00 – 17.30 uur Plenaire nabespreking, afronding en “good bye”

**5. Evaluatie en beoordeling**

**Certificaten**

 Na afronding van de opleiding ontvang je een certificaat van deelname aan EFT-
 level I.

**6. Literatuur**

**Boek**Ter voorbereiding op deze opleiding adviseren wij je het boek “Emotion-Focused Counseling in Action” (ISBN13 9781446257241) geschreven door Robert Elliott en Leslie Greenberg te lezen.

**7. Docenteninformatie**

**Juliette Becking**



Juliette Becking begon haar opleiding tot psychotherapeut in Nijmegen waarbij zij koos voor de psychoanalytische richting. Na enkele jaren als psychoanalytisch therapeut gewerkt te hebben kwam ze in aanraking met Focusing (Gendlin) en besloot de cliëntgerichte psychotherapie opleiding te gaan doen. Zij specialiseerde zich in het proces-experiëntiële werken, met name Focusing en Emotion Focused Therapy (EFT) for Individuals.

Sinds 2019 heeft Juliette EFTiN opgericht, hét opleidingsinstituut voor Emotion Focused Therapy in Nederland. De oprichting van een nieuw opleidingsinstituut in Nederland kwam voort uit de wens om Emotion Focused Therapy in Nederland een breder draagvlak te geven.

EFTiN is officieel erkend als opleidingsinstituut door isEFT (International Society for Emotion Focused Therapy). Juliette werd genomineerd als Board Member en in 2017 trad ze toe tot de Board van isEFT.

j.becking@eftin.nl

**Fiona van Dijk**



Sinds 2009 werkt Fiona in haar eigen praktijk, waar ze individuele psychotherapie, supervisie en leertherapie geeft. Ook ontwikkelt en geeft ze nascholing aan zorgprofessionals gericht op persoonlijke en professionele groei.
Daarnaast werkt ze momenteel in een grote GGZ-instelling waar ze als behandelaar, werkbegeleider en supervisor probeert bij te dragen aan zo goed mogelijke zorg voor patiënten met ernstige psychiatrische aandoeningen (EPA).
Verder werkt ze nog enkele uren voor een streekziekenhuis, waar ze beschikbaar is voor consultatie en supervisie voor de psychologen van de vakgroep medische psychologie.
Voorheen (tot 2016) werkte ze als plv. hoofdopleider van de gz-opleiding bij het RadboudCSW en als afdelingshoofd van het Ambulatorium van de Radboud Universiteit.
 En nog weer eerder (tot 2009) werkte ze in de ambulante psychiatrie en het Radboud ziekenhuis (afd Psychiatrie). Haar wetenschappelijk onderzoek heeft zich gericht op de overlap tussen ADHD en de borderline persoonlijkheidsstoornis.
In 2017 is ze gepromoveerd op dit onderwerp.

Fiona is erkend EFT-i therapeut en Persoonsgericht experiëntieel psychotherapeut, supervisor en leertherapeut VPeP.

**Pauline Borduin**



Gefascineerd door wat werkt in therapie en de oneindige zoektocht hierin kan de psychotherapie Pauline Borduin blijven boeien.

De telkens nieuwe inzichten die de Emotion Focused Therapy binnen de persoonsgerichte benadering weet te integreren tot een bewezen, effectieve therapie spreken haar enorm aan. De EFT-i belichaamt voor haar het wezen en de kracht van de beleving om tot inzicht te komen.

Het belang van het werken met emoties merkte ze op toen ze halverwege de jaren ‘90 startte als kinderpsycholoog in haar eigen praktijk. Daar werkte ze veel met ouders en hun hechtingsachtergrond. Dit motiveerde haar te zoeken naar een effectieve therapie voor volwassenen die recht deed aan een persoonsgerichte benadering. Antwoorden en resonans vond ze in de EFT trainingen die ze sinds 2010 volgt. Ze heeft speciale interesse in schaamte, schuld, existentiële thema’s, complex trauma en traumatische rouw.

Sinds 2016 is Pauline EFT-i therapeut. Ze is hoofddocent Persoonsgerichte Experiëntiële Psychotherapie bij RINO Zuid in Eindhoven. Ze geeft psychotherapie aan volwassenen bij Pec ggz en in haar eigen praktijk in Eindhoven. Pauline is VPeP-psychotherapeut en GZ-psycholoog.