2019年7月

情緒導向治療學院(亞洲)通訊 第七期

Institute of Emotion- Focused Therapy (Asia) Newsletter 7

回應當今社會情緒健康需要：

為鼓勵更多心理輔導工作者能在情緒治療上更有效裝備自己，以回應當前社會需要，本院將繼續為八月中旬開設的情緒導向認證課程(Certified EFT Training for Professionals 2019) 提供早鳥優惠，名額有限，報名從速 ！詳情請參閱 http://www.iefta.com

2019年5月17-19日之情緒導向家庭治療工作坊已圓滿舉行







由 Dr. Allen K. Sabey主講，Mrs. Selina Leung協助的EFFT 情緒導向家庭治療已圓滿舉行。

為期三天的情緒導向家庭治療認證培訓及督導圓滿結束，接近60名學員從Dr. Allen Sabey 身上獲益良多，更多明白如何鼓勵和幫助家長共同參與子女的情緒治療過程。學員中不乏教育工作者、社工、心理學家，甚至家長，他們都回饋課程中的理論和工具真的能在現實情況中大派用場！

課程圍繞EFFT四個重點：

1. 消除家長自身的心結/焦慮，使其重獲力量
2. 成為情緒智能家長，提高孩子的情緒調節能力
3. 療癒家庭曾帶給孩子的傷痛，修復親子關係
4. 協助孩子行為上的改變，讓問題解決或消失



Dr. Allen Sabey 耐心為學員解惑



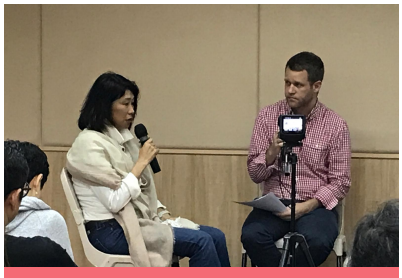
Selina 用心解說

綜觀市面上有許多親子教育書籍及課程，大多是針對孩子的問題，鮮有為父母和孩子雙方改善關係提供具體建議或策略。EFFT正是以情緒入手，有系統地說明父母成為情緒智能家長（Emotionally Smart Parent—ESP），改善親子關係。

結合實際的演練與指導及精彩的現示範 ：



應對沉默 Emotion Coaching



椅子工作 Chair work

父母或照顧者最感困擾及折磨的，是看著孩子受苦卻感到無能為力。在情緒導向家庭治療中，我們並不一定要照顧者“做得更多”，反而首要目標是支援他們“做些不同的事”，然後從這裡開始繼續努力。我們相信，照顧者的參與是問題的“解藥”。

參加者回應：



- 理論框架非常清楚、簡潔、可操作
- 體驗式練習和現場示範椅子工作非常有幫助
- 針對“憤怒”和“沉默”的情緒指導收穫很大
- 通過反復練習情緒肯定句式，真正明白和掌握了如何肯定情緒
- “動物模型”很好地説明父母理解他們的情緒反應和教養/關懷風格
- 重新界定精神健康問題的形成，將更好地協助家長對他們的角色有現實的期待，從而使其更積極地參與治療過程



EFT學員之體驗 （JENNY 資深社工 2018-2019 EFT 學員）

由開始學習EFT至今，我內心都充滿疑問。一直以來我都認為自己是個容易與人交流情感的人，但在學習中，才發現原來我並非如此。作為一個工作多年的前線社工，每天都周旋於不同的角色與關係中，經常在感性與理性中交戰。在EFT學習中，我要學習放下自己的立場，一心一意地去感受面前的服務對象，從她的位置去感受。記得導師不停提醒做治療不是去查案，無必要理會客觀的事實，眼前的她感受到什麼就是什麼，這一點原來好困難。首先要清空自己，放下對他的主觀感受，聆聽，不評論，時刻提自己要用情緒作介入。練習時，笨拙的自己，總有點手忙腳亂，不過無可否認，用情緒做切入點是很有效，特別是對於一些常常知易行難的服務對象。以往的輔導手法我較著重理性分析，很多服務對象只停留於明白，但實行起來就充滿無力感，加上很多人不了解自己的情感，令自己長期處於迷惘中。作為一個治療師，或者應先要學習了解自己。在這個為期差不多一年的課程，我每一堂都流著眼淚，原來多年來都在壓抑自己的真實感受，感謝 SELINA 用心教導，同學間的學習令我反思自己，我很珍惜每次練習的時刻，一點一滴的學習再改進，令我每次課堂完畢後都覺得充滿力量，好像找到輔導的出口。學藝不精的我尚要多加努力，希望日後對理論更掌握，坦白說，EFT的共情，豈不是一種待人的態度嗎?

本學院最新消息

1. 2019情緒導向(個人)治療認証課程 (現正接受報名)

為鼓勵更多心理輔導工作者能在情緒治療上更有效裝備自己，以回應當前社會需要，本院將繼續為八月中旬開設的情緒導向認證課程 (Certified EFT Training for Professionals 2019) 提供早鳥優惠，名額有限，報名從速 ！

理論課日期及時間 (小組指導日期由導師及學員協商):

2019年8月16-17日(星期五及六)

2019年9月20-21日(星期五及六)

2019年10月18-19日(星期五及六)

2019年11月29-30日(星期五及六)

8次上課時間皆為上午9時30分至至下午要5時正

2. 預告 Certifies Advance EFFT 將於2020年2月27-29日舉行

上課地點：銅鑼灣 （敬請留意本院網頁將容後公佈）

3.《精神健康急救基礎證書課程》（教牧同工之免學費課程）

A班 ：2019年 8月19 及 26日

B班： 2019年10月14 及 21日

以上項目詳情請參閱 :
http://www.iefta.com 及www.facebook.com/ieftasia

出版 @ 情 緒 導 向 治 療 學 院 (亞洲)
版權所有 轉載時需標明出處

網址 : www.iefta.com

臉書 : www.facebook.com/ieftasia

電郵 : info@iefta.com 電話 : (852) 55114947

地址 : 香港九龍彌敦道654-658號利威大樓2樓A室