

Emotion-focused psychotherapy: Transforming power of affect

Leslie S. Greenberg, Prof. Emeritus

Tunnekeskeinen psykoterapia: Affektien muuttava voima

Helsinki 6.-7.5.2022

Program of the workshop:

Friday 6.5.2022

Emotion: Theory and Research

- Adaptive function of emotion
- Emotion schemes
- Emotion generation

Emotion Assessment and assessment for differential intervention

- Primary adaptive emotion
- Primary maladaptive emotion
- Secondary reactive emotion
- Instrumental emotionality

Video Demonstration

Major Emotional Change Processes

- Awareness
- Expression
- Regulation
- Reflection
- Transformation
 - Changing emotion with emotion
 - Corrective emotional experience

Video Demonstration

A three-phase model for working with emotion in therapy

- 1) Bonding Phase: empathic attunement to affect
- 2) Evoking Phase: evocation and arousal of emotion
- 3) Transformation phase: undoing emotion and developing a new narrative

Empathic Attunement to Affect

- The First Phase
- Case formulation
- Different forms of empathy

Specific Methods 1

- Self-criticism and the emotion change process
 - Dialoguing with the self.
 - Self Contempt & Shame
 - Video Tape Demonstrations

Saturday 7.5.2022

Specific Methods 2&3

- Discussion and Video Tape Demonstrations of
 - Working with Unresolved Emotion in Unfinished business
 - Forgiveness and letting go

Other Methods and Discussion

- Self Interruption
- Discussion and Video Tape Demonstrations

Discussion

- Application to different populations
- Indications and Counter Indications for Emotion Focused Work

Koulutuspäivien ohjelma:

Perjantai 6.5.2022

Tunteet terapiassa: teoria ja tutkimus

- Tunteiden adaptiiviset tarkoitukset
- Tunneskeemat
- Tunteiden viriäminen

Tunnetyyppien tunnistaminen ja interventiot tunnekeskeisessä terapiassa

- Primääriset adaptiiviset tunteet
- Primääriset maladaptiiviset tunteet
- Sekundääriset reaktiiviset tunteet
- Välineelliset tunteet

Videodemonstraatio

Keskeiset emotionaaliset muutosprosessit

- Tiedostaminen
- Ilmaisu
- Säätely
- Reflektio
- Transformaatio
 - Tunteen muuttaminen tunteella
 - Korjaava emotionaalinen kokemus

Videodemonstraatio

Kolmivaiheinen malli emootioiden kanssa työskentelyyn tunnekeskeisessä terapiassa

- 1) Terapeuttisen sidoksen muodostusvaihe: virittäytyminen affektiin
- 2) Evokaatiovaihe: tunteiden herättäminen ja syventäminen
- 3) Muutosvaihe: Tunteiden purkaminen ja uudet narratiivit

Empaattinen virittäytyminen affekteihin

- Ensimmäinen vaihe
- Tapausjäsenitys
- Empatian eri muodot

Spesifit menetelmät, osa 1

- Itsekriittisyys ja tunteiden muutosprosessi
 - Sisäiset dialogit
 - Itseholveksunta ja häpeä
 - Videodemonstraatioita

Lauantai 7.5.2022

Spesifit menetelmät osat 2 ja 3

- Keskustelu ja videodemonstraatiot
 - Työskentely käsittelemättömien tunteiden kanssa
 - Anteeksianto ja irtipäästäminen

Muut menetelmät ja keskustelua

- Itsen keskeyttäminen
- Videodemonstraatioita

Keskustelu

- Sovellukset eri ongelmatyypeissä
- Indikaatiot ja vastaindikaatiot tunnetyöskentelylle