

# 2016 EFT 情緒取向伴侶治療主題工作坊課程

## 療癒情感傷痕—EFT 外遇工作坊簡章

你愛我還是愛他？ 我寧願聽到殘忍的回答 也不要再被要  
我還能相信你嗎？ 我為你找了一百個理由 我是不是太傻  
你…還愛著我嗎？ 你沉默不語卻又不分開 讓我困惑不已

### 一、工作坊說明

多角戀情的發生往往和伴侶間情感連結的狀態有關，而發現伴侶外遇更是重創親密關係的安全感與信任感。如何幫助身陷外遇創傷者，是一大難題；要幫助伴侶重建被破壞的信任和情感連結、修復關係中的依附創傷，更是挑戰。

伴侶要如何共同面對被背叛的痛苦、信任感的破壞、抉擇的兩難、原諒與否的掙扎，都不是容易的事。身為助人工作者，若您曾經與個案一同在外遇的感情議題裡努力，必然會期盼可以學到更有效益的治療典範，讓我們在助人工作的過程中能實質地幫助個案療癒情感傷痕。

透過兩天的工作坊，劉婷博士將帶我們從 EFT 的角度談外遇，透過案例介紹來呈現實際會談樣貌、深入淺出的介紹 EFT 的特點及如何運用 EFT 的理論技巧來和伴侶工作。讓對伴侶諮商工作有興趣的實務工作者可以快速上手，有一套工作模式去協助伴侶們理解並化解愛戀關係中複雜的動力與困境；讓助人工作者對外遇創傷者的心理歷程有更深入的理解，找到修復情感關係與療癒創傷的更多可能性。

### 二、EFT 情緒治療取向簡介

情緒取向治療 (Emotionally Focused Therapy, 簡稱 EFT) 由 Susan Johnson 與 Les Greenberg 兩位博士共同發展而成的心理治療技術，適用於改善伴侶關係與親子關係。

EFT 結合依附理論、經驗學派、人本主義與系統理論，以合作與尊重的態度，與案主互動。EFT 具備清楚的改變技術與介入方法，並將改變歷程劃分為三大階段與九大步驟。

EFT 認為「情緒」是造成伴侶間惡性循環的重要關鍵，而「安全感」是關係維繫的基礎，倘若兩人之間的安全感受到威脅，人們會感到痛苦或不知所措，不斷重複無效的行為、陷在惡性循環中無法自拔。因此 EFT 相信，改變人們的「情緒經驗」，行為模式和認知歸因將會跟著改變，而新的行為和歸因也會形成新的情緒經驗，一個安全的新關係也因此產生。基於此哲學觀點，EFT 治療師首先幫助伴侶和家庭成員減低互動模式中的衝突和痛苦，在新的情緒經驗中接觸伴侶脆弱無助的一面，雙方對伴侶的依附需求有所回應，以建立相互滋養與支持的情感關係。

EFT 被公認為現今治療效果顯著且有效的心理治療取向之一，眾多實務研究發現：經過 8-20 次晤談的伴侶，70-75% 的伴侶痛苦程度下降，90% 的伴侶關係明顯改善，而此取向適用對象亦相當廣泛，例如：受憂鬱症、慢性病、創傷所苦的伴侶，以及多元文化家庭。

### 三、主講人：劉婷博士

劉婷博士是 EFT 創始者 Dr. Johnson 嫡傳唯一華裔弟子，是國際情緒取向治療中心(International Centre for Excellence in EFT, 簡稱 ICEEFT)在亞洲地區第一位正式授權認證的督導與訓練師(Certified EFT Supervisor/Trainer)，也是目前唯一提供華語 EFT 訓練的 ICEEFT 訓練師。

美國普渡大學婚姻與家族治療博士，是美國婚姻與家族治療協會(American Association of Marriage & Family Therapy, 簡稱 AAMFT)認證臨床督導(AAMFT Approved Supervisor)，領有美國賓州婚姻與家族治療師執業執照，曾在美國婚姻與家族治療研究所教學十多年，臨床實務經驗豐富，故特別邀請劉婷博士來到台灣中部主講此 12 小時的工作坊。

劉婷博士專長於婚姻諮商、青少年犯罪與行為問題、情緒調節管理。譯有「情緒取向家族治療」與「家族治療案例研究」二書(張老師文化出版)。

四、課程地點：國立彰化師範大學進德校區(彰化市進德路一號)

五、課程時間：2016 年 8 月 22-23 日(星期一、二)9:00-16:00，兩天共計 12 小時

六、參加對象：歡迎所有助人工作者，包含：心理師、社工人員、學校輔導與教育人員、精神醫療相關人員、精神科醫護人員、教牧輔導人員，與相關係所學生。滿 50 人開課(主辦單位保有開課決定權)。

【本活動擬申請諮商心理師繼續教育積分認證、臨床心理師繼續教育積分認證、社會工作師繼續教育積分認證、全國教師在職進修研習時數認證並發給研習證書】

七、費用：定價每人 4,200 元。

優惠方案(1)三人同行優惠價：三個人共同報名則 3,600 元/人。

優惠方案(2)2016 年 7 月 21 日之前報名之早鳥優惠價 3,700 元/人。

上述優惠價僅能擇一使用。

八、報名方式與流程：報名時間自即日起至**額滿為止**



(一)請填寫線上報名表，報名網址：<https://goo.gl/J8kRkm>。

(二)繳交費用並將**繳費收據**e-mail 至 [ChanghuaEFT@gmail.com](mailto:ChanghuaEFT@gmail.com) 或傳真至 04-7211194，並請來電確認已收到。

(三)繳費管道：中華郵政劃撥帳號 22811422，戶名：大休息心理諮商所鍾國誠。

(四)**報名程序於繳交費用後方完成。**

九、其他注意事項：

(一)退費：2016 年 7 月 31 日前要求退費者，退所繳費用之 80%；8 月 1 日至 8 月 21 日前要求退費者，退所繳費用之 70%。退款手續費皆由報名者支付；課程開始日當天缺課或缺席，恕不退費、補課。

(二)如遇颱風等天災，因本課程係由外籍老師主講，若主講者無法更改行程，課程將照常舉行。

十、主辦單位：國立彰化師範大學社區心理諮商及潛能發展中心、大休息心理諮商所、亞依扶隄(Asia EFT)國際管理顧問有限公司

十一、聯絡方式：相關疑問請洽詢國立彰化師範大學社區心理諮商及潛能發展中心電話：04-7232105 轉 1443 或 04-7289258(週二至週六 8:00-16:30)