

Terapeutens osvikliga närvaro – att läka anknytningstrauma med AEDP

Workshop Oslo 9 maj 2025

Heldag

(Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy)

Kursen vänder sig både till psykologer/psykoterapeuter som inte tidigare varit i kontakt med AEDP, men har kännedom om affekt-/anknytningsfokus/relationell terapi och till dem som redan har erfarenhet av modellen.

Föreläsare/lärare:

Annika Medbo, leg fysioterapeut, leg psykoterapeut, certifierad AEDP-terapeut och AEDP-handledare med privat praktik i Stockholm. Medlem av AEDP Faculty, New York.

Anna Christina Sundgren, M A, leg psykoterapeut, certifierad AEDP-terapeut och AEDP-handledare med privat praktik i Stockholm. Medlem av AEDP Faculty, New York.

Vi leder tillsammans AEDP-kurser och föreläser i Sverige, Norge och internationellt på AEDP-institutets certifieringsgrundande kurser. I Norge har vi hållit tre AEDP Core trainings; en i Trondheim och två i Oslo.

Introduktion av vår workshop:

Att utveckla trygghet i relationen mellan psykoterapeut och patient utgör grunden för patientens läkning och växande och för att kunna spåra, somatiskt utforska och transformera patientens upplevelse av sina känslor i nuet. Inom AEDP brukar man säga "AEDP-terapeuten ÄR interventionen". Under den här workshopen kommer vi att lära ut vad det innebär kliniskt. Det kräver en särskild slags närvaro hos terapeuten. AEDP är en läkningsorienterad modell där vi jämsides med att smälta och förbipassera försvar spårar glimtar av resiliens, motivationskraft och positiv förändring, resurser som tidigare inte blivit sedda och speglade i en tidig anknytningsrelation. En viktig komponent i terapin är att våga se din egen betydelse som terapeut, att våga gå nära när det behövs, men också kunna träda tillbaka och ge utrymme för patientens intrapsykiska upplevelse så snart hon/han är trygg nog för mer kontakt med sitt sanna själv (Core Self). I arbetet med maladaptiva tillstånd är de två förhållningssätten extra viktiga att behärska.

I workshopen får du lära dig vad terapeutisk närvaro som intervention innebär och hur vi kan använda icke-verbal och fysisk resonans som informationskälla, att ögonblick för ögonblick spåra både patientens och din egen upplevelse av det relationella samspelet och att använda

tryggande anknytningsbaserade interventioner när det behövs och mer intrapsykiska tekniker när det krävs för att läka anknytningstrauma.

Vad sker i workshopen?

Vi föreläsare tar hjälp av egna videoinspelade terapisesioner kopplade till teori, kliniska exempel och en kort upplevelseövning. Vi kommer varva filmvisning och teori.

Varmt välkommen till en AEDP-workshop där du får möjlighet att utforska, uppleva och utmanas till en fördjupning av ditt ”professionella ”Själv” med AEDP, oavsett tidigare nivå eller erfarenhet av modellen!

Om AEDP:

AEDP är en upplevelsebaserad relationell terapimodell grundad av Ph D. Diana Fosha, NY och har utvecklats vidare i samarbete med fakultetsmedlemmarna vid AEDP Institute NY. (Se Fosha, AEDP 2.0, 2021). Modellen vilar på en teoretisk grund av bl a anknytningsteori, interpersonell neurobiologi och affektiv neurovetenskap. I AEDP betonas det friska och förändringsbara i människan framför psykopatologi. Den relationella/upplevelsebaserade närvaron prioriteras framför patientens återberättande. I AEDP är den grundläggande förståelsen av uppkomsten av anknytningstrauma att en obärbär, outhärdlig ensamhetsupplevelse i avsaknad av en närvarande omsorgsperson har ägt rum. Att ge tillräcklig omsorg och trygghet och bryta denna upplevda ensamhet är avgörande för en framgångsrik terapi. Vi arbetar från första stund med att ögonblick för ögonblick utforska icke-verbala, somatiska markörer tillsammans, smälta försvar och uppmärksamma varje glimt av ”transformance” (Fosha, 2000), som är den inneboende motiverande kraften inom oss alla. Att ”göra det implicita explicit, det explicita till en upplevelse och upplevelsen relationell”, är honnörsord inom AEDP. Genom metaprocessande gör vi det och öppnar för transformation av trauma med målet att bygga, läka, integrera inre delar och frigöra det inneboende autentiska Själv, i syfte att det inte bara ska läka utan får slå ut i full blom i en människas liv (Fosha, 2021).