

Emotionally Focused Therapy

EFT is een op emoties gerichte relatietherapie, ontwikkeld door Dr. Sue Johnson in Ottawa. Het therapiemodel is gebaseerd op de snel ontwikkelende wetenschappelijke inzichten met betrekking tot hechting. Volwassenen die met elkaar een nabije of intieme relatie aan gaan, maken bij elkaar vaak oude hechtingsangsten of – pijnen wakker. De partnerrelatie wordt op deze manier soms tot een bron van spanning, maar kan ook een bron van genezing zijn. Het behandelmodel is protocollair opgebouwd en bestaat uit drie fases en negen stappen naar herstel.

Bewezen effectief

Diverse wetenschappelijke studies hebben in de laatste jaren laten zien dat de benadering 'bewezen effectief' (evidence based) te noemen is. 86% van de onderzochte paren verbeterden significant in hun relatie en 70–73% van de paren waren hersteld van hun relatieproblemen. De effectsize was in deze onderzoeken onverminderd zeer hoog en beter dan bij vele andere behandelmethoden. De stabiliteit van de resultaten is doorgaans zeer hoog en na therapie is er heel weinig terugval. Klik hier voor meer informatie met betrekking tot wetenschappelijk onderzoek en effectiviteit van het model en de benadering.

Bewezen effectief op basis van wetenschappelijk onderzoek

Factsheet EFT.pdf (96.28KB)

Training

EFT-relatietherapeuten zijn doorgaans hoog opgeleide GGZ-professionals (psychiaters, klinisch psychologen, gz-psychologen, systeemtherapeuten) die werkzaam zijn in instellingen van de Geestelijke Gezondheidszorg of vrij gevestigd zijn in eigen praktijken. De therapeuten zijn aanvullend geschoold in het EFT-model door het volgen van een basiscursus, intensieve training op 'kernvaardigheden' en supervisie. De opleiding en scholing wordt in Nederland verzorgd door stichting EFT.nl. Peter Verboom is bestuurslid en mede-oprichter van stichting EFT Nederland. Voor meer informatie over stichting EFT Nederland klik [hier](#)

Houd me Vast

EFT is in Nederland bekend geworden door publicatie van het boek "Houd me Vast" van Sue Johnson. Er is veel over gepubliceerd in tijdschriften en weekbladen.

Het publiek is er lovend over: "Het helpt om je relatie te herstellen".

Op basis van dit boek worden er ook een aanbod van preventiegroepen. Meer informatie over dit programma treft u eveneens aan op de bladzijde [HOUD ME VAST](#) en op de website van stichting [EFT.nl](#)

Diverse artikelen

Op deze pagina treft de lezer een aantal artikelen aan die te downloaden zijn. de artikelen zijn afkomstig van verschillende nieuwsmedia: kranten, tijdschriften, etc. Maar hier treft u ook 'blogs' over de stand van zaken in de ziektekostenverzekering en deelnemersverhalen, zoals van Bernard en Margriet.

Opzij

Opzij oktober 2012.pdf (1.92MB)

EFT in de Viva

Viva artikel over relaties.pdf (1.67MB)

Hechtrelaties (Volkskrant)

Hechtrelaties.pdf (2.73MB)

Harde lessen (Trouw)

Harde lessen.pdf (65.75KB)

Gezinsgids april 2012

Bernard en Margriet.pdf (7.08MB)

Margriet september 2010

Annette Heffels over EFT.pdf (77.17KB)

Margriet oktober 2009

Annette Heffels ontmoet Sue Johnson.pdf (4.65MB)

Tijdschrift Systeemtherapie

Peter Verboom ontmoet Sue Johnson.pdf (1.54MB)