



Erschienen am 10.10.2023  
248 Seiten,  
Format: x  
ISBN: 978-3-7495-0441-1

Sue M. Johnson, T. Leanne Campbell

## Emotionsfokussierte Einzeltherapie (EFIT)

Wachstum bei jedem Einzelnen fördern

Die Emotionsfokussierte Therapie ist vor allem als richtungsweisende, empirisch validierte Paarintervention bekannt. Doch schon immer wird sie, besonders in der Behandlung von Depressionen, Ängsten oder Traumafolgen, auch im Einzelsetting angewandt.

Wie sich im Lauf der Entwicklung herauskristallisiert hat, sind für die positiven und nachhaltigen Ergebnisse dieses Ansatzes vor allem zwei Faktoren relevant:

- Erstens die gestochen scharfe Landkarte in Form der „Bindungstheorie“ genannten entwicklungspsychologischen Theorie der Persönlichkeit und
- zweitens der Fokus auf die systematische Rekonstruktion des in der Sitzung auftretenden emotionalen Erlebens.

Therapeut:innen erhalten eine praxisnahe Einführung in die EFIT.

„Dieses Buch ist voller Geschichten, Bilder und Informationen, mit deren Hilfe Sie in jeder Sitzung transformative Momente schaffen können. [...]

Mit der genauen Landkarte in der Hand fühlen wir uns selbstsicher und kompetent und das überträgt sich auf unsere Arbeit, macht unsere Interventionen zielgenauer, führt bei unseren Klient:innen zu besseren Ergebnissen und bei uns viel seltener zu Burnout.“

Susan M. Johnson & T. Leanne Campbell

## Autorenprofil

### T. Leanne Campbell

T. Leanne Campbell ist Co-Direktorin des Vancouver Island Centre for EFT und der Campbell & Fairweather

Psychology Group sowie Honorary Research Associate der Vancouver Island University.

## Sue M. Johnson

Susan M. Johnson (1947-2024) gilt als Begründerin der Emotionsfokussierten Therapie (EFT). Sie war Professorin für Psychologie an der Ottawa University und leitete das Ottawa Couple and Family Institute. Sue Johnson war international anerkannte Expertin für Paartherapie sowie für Bindung bei Erwachsenen.