

# AEDP Core Training

## Stockholm 2020-2021



Foto Sini-Meri Iivari

Med Anna Christina Sundgren  
och Annika Medbo

## CORE TRAINING I STOCKHOLM 2020 – 2021

Anna Christina Sundgren och Annika Medbo, båda certifierade AEDP-handledare, startar en AEDP Core training i Stockholm i februari 2020 – speciellt anpassad för en svensk kontext och på svenska. Gruppen kommer att ses två heldagar fem gånger under 2020. Core Training erbjuder deltagare som utbildar sig i AEDP, möjlighet att fördjupa förståelsen av teorin, själva praktiserandet av modellen och upplevelsen av den tillsammans med andra motiverade deltagare. Gruppen är begränsad till max 10 deltagare för att skapa en trygg och stabil grupp-gemenskap. Deltagande innebär att man visar egen video, vilket kan kännas sårbart och utlämnande och därför ser vi deltagarnas trygghet som en förutsättning och gruppen som en resurs för att lära och integrera AEDP.

### *Varje kurstillfälle (16 timmar) kommer att innehålla:*

1. Ett två timmars undervisningspass med visning av ledarnas egna kliniska videor för att levandegöra och integrera teorin, varje pass på ett specifikt tema.
2. Klinisk handledning där varje gruppdeltagare presenterar sitt eget videofilmade arbete och får individuell handledning från ledarna med gruppen närvarande. Detta maximerar lärandet genom att man får ta del av allas filmer och handledning på dem, samtidigt som ledarna är måna om grupprocessen och det hållande och accepterande som krävs, där också varje gruppdeltagare är delaktig i att skapa en god atmosfär för gruppen.
3. Utveckling och träning av terapeutens professionella närvaro. Terapeutisk närvaro är ett sätt att vara terapeut som återspeglar ett helt och fullt och förkroppsligat engagemang i relation till patienten. Det kommer att finnas utrymme för deltagarna att reflektera över hur man anpassar och integrerar AEDP i en svensk kulturell kontext och hur man kan utveckla sin egen autentiska stil både språkligt och icke-verbalt.

### *För att delta i CoreTraining krävs:*

- Att du är legitimerad psykoterapeut eller psykolog
- Att du minst fullgjort AEDP Immersion Course och/eller ES1.  
Du som går eller har fullgjort ES2 uppmuntras särskilt att söka.
- Att du filmar klientvideor som du tar med till kursen.  
Detta är en viktig bas i kursen.  
(Vi kommer att ordna ett för-seminarium för att hjälpa deltagare att komma igång med film!)
- Du kommer att intervjuas efter ansökan då vi eftersträvar en sammanhållen och välfungerande grupp.

### **Du får lära dig att:**

- Integrera och fördjupa din förståelse för teorin som bär AEDP, förstå AEDP-språket och terminologin, AEDP-modellens etos och förhållningssätt samt lära av varje deltagares sätt att utföra sin kliniska praktik.
- Träna och utveckla din förmåga att följa, leda och fördjupa i det upplevelse-baserade, transformerande terapeutiska arbetet. Du får lära dig hur man spårar somatiskt "moment to moment" och hur man gör det på ett hållande, reglerande sätt. Trauma och resiliens existerar sida vid sida och vi tränar på att upptäcka varje markör, vidga varje glimt av det vi kallar "transformance" (Fosha, 2009), den motiverande strävan mot läkning som finns inneboende i oss biologiskt.
- Att känna igen vilka affekter som transformerar en upplevelse till det bättre och vilka som behöver transformeras. Att arbeta med försvar och att förstå vad patogen affekt/tillstånd innebär.
- Att utveckla och träna din egen terapeutiska närvaro och icke-verbala förmåga; hur du kan använda din egen kroppsliga närvaro i ditt arbete och erfara hur din kropp kan vara både en viktig informationskälla och ett verktyg för läkning i den terapeutiska processen och hur du kan vidga egen din receptiva affektiva förmåga.

### **Datum och upplägg för kursen:**

Fem tillfällen fredagar och lördagar kl 9-18, fr o m februari 2020 t o m januari 2021: 14-15 feb 2020, 8-9 maj, 11-12 sept, 20-21 nov, 22-23 jan 2021.

Båda kursledarna kommer att närvara. Varje dag inleds med två timmar didaktik och teori integrerat med ledarnas egen video, därefter får varje deltagare minst en timmes individuell handledning inom gruppen.

Att arbeta i par ger oss kursledare möjlighet att både uppmärksamma och möta var och en här och nu och att hålla allas upplevelser levande under kurstillfället. En av oss kommer att göra korta personliga anteckningar medan den andre leder, som vi efter kurstillfället delar med var och en för att underhålla kontakten med oss och med läroprocessen mellan gångerna. De kan innehålla både upptäckten att ha vidgat en förmåga, att man uppnått något nytt eller att man behöver vidga och träna någon färdighet ytterligare.

### **Ansökan och kostnad:**

Ansökan ska vara inne senast den 15 december 2019 till en av nedanstående epostadresser. Antalet platser är begränsat till 10 och vi kommer att göra intervjuer. Kostnaden för kursen är 5 000:- + moms per tillfälle.

Fika fm och em ingår.

Kontakt: Anna Christina Sundgren: [animare@animare.nu](mailto:animare@animare.nu) tel: 0704 93 31 37.

Annika Medbo: [annika@medbo.se](mailto:annika@medbo.se) tel: 0707 31 70 48

**Kurslokal:** Centralt i Stockholm. Adress meddelas senare.

### **Om oss:**

Vi möttes på SAPU:s\* psykoterapeutprogram 2002, deltog i samma handledningsgrupp under 3 år och fortsatte sedan med kamrathandledning i många år. Efter vår egen legitimationsutbildning blev vi själva handledare i spädbarnsobservation på SAPU:s Steg-2-utbildningar. Vi blev ett team som utvecklade metoden vidare inspirerade av AEDP och Diana Foshas bok och filmer: "Vad gör mötet med ett kompetent och sårbart preverbalt barn med terapeutens egen upplevelse, förmåga till närvaro och kontakt med sitt eget inre barn och professionella själv?" Den frågeställningen utforskade vi med studenterna i smågrupper, vilket gjorde att vi båda stärktes i övertygelsen om hur betydelsefull upplevelsen och formulandet av den icke-verbala nivån i mötet kan vara för terapirelationen.

Tillsammans har vi presenterat metoden på två SEPI-konferenser i Chicago och i Barcelona. 2013 reste vi till New York för att gå Immersion Course. Det blev startpunkten för våra respektive AEDP resor. Vi ser nu mycket fram emot att åter få möjligheten att jobba tillsammans, lära ut och lära, utifrån våra olika erfarenheter och upplevelser av AEDP.

(\* Stockholms Akademi för Psykoterapiutbildning, relationell steg II-utbildning)

## Anna Christina Sundgren

Jag är lärare, M.A., leg psykoterapeut, handledare, certifierad AEDP-terapeut och blev certifierad AEDP-handledare 2016. Jag har också arbetat som terapeut med bl a traumatiserade unga vuxna, patienter med psykiatriska diagnoser och med våld i nära relationer. Som så många andra har jag funnit ett hem i AEDP och det terapeutiska förhållningssätt som kräver att jag är i djupaste mening en aktiv närvarande "sann annan" med patienten och främjar det vi kallar "transformance" och resiliens för att läka anknytningstrauma. I min dagliga praktik försöker jag också fördjupa och lära mer om hur vi kan transformera patogena affekter, något som inte alltid är så lätt, ens med AEDP. Min jungianska bakgrund passade som hand i handske AEDP:s etos med tonvikt på resurser, läkning och transformation framför psykopatologi. Min erfarenhet från att leda retreatar i kroppsmedveten meditation och närvaro berikar och berikas av AEDP. Jag håller kurser och workshops i AEDP, i Sverige och utomlands, har flera individuella handledningar och handledningsgrupper i AEDP samt har assisterat på ett flertal kurser: Immersion, flera ES1-kurser och nu min andra ES2. Jag deltar i forskningsprojekt om AEDP. De som handledt mig genom åren är Kari Gleiser, Yuko Hanakawa och Diana Fosha.

Jag har mångårig erfarenhet av att leda grupper både som processorienterad lärare och som handledare för terapeuter, psykologer, kuratorer, läkare m fl. När jag handleder betonar jag samma fenomen som i terapierna. Behovet att bli sedd, strävan att växa, det nyfikna utforskandet som kräver en trygg bas är lika för oss alla. Då kan vi tänja och utmana våra förmågor. Det är i mötet vi lär oss "högerhjärnans språk" och att ta alla våra resurser i bruk; kroppens, sinnenas och känslornas. Det anknytningsbaserade "AEDP-språket" med sin neurobiologiska förklaringsmodell där varje glimt av något hjälpsamt uppmärksammas är för mig det mest naturliga sättet att främja växt och förändring för mina patienter, handledda och för mig själv.



Jag hoppas kunna ge dig som deltar i Core Training stöd och mod att utveckla dina AEDP-färdigheter och ditt unika professionella själv tillsammans med oss!

## Annika Medbo

Jag är legitimerad psykoterapeut och handledare, legitimerad sjukgymnast och certifierad AEDP-terapeut och handledare. Jag har en klinisk bakgrund från 15 år inom psykiatrisk vård och är utbildad inom kropporienterad psykoterapi. Sedan 2006 jobbar jag på egen privat mottagning med psykoterapi och handledning.

Mitt arbete inom psykiatrin med patienter med svårare psykosomatiska störningar väckte tidigt mitt intresse för ickeverbal kommunikation. Det som fångade mitt intresse var glimtarna av det sunda friska självet, "anropen" bortom symtom, diagnos och försvar som jag uppfattade som patientens förmåga att ge "tyst" röst åt ett bevarat behov av kontakt och av att bli sedd och mött.

I AEDP hittade jag ord för det jag tidigare implicit förstått och sökt efter och det blev starten på en ny professionell och personlig resa. Min AEDP-resa har i många steg format en ny bas för mitt arbete. Förutom fokus på att se och lyfta fram tecken på strävan efter mänsklig kontakt och "transformance" (det sanna självet sunda behov av utveckling/läkning), är de aspekter av AEDP som kanske starkast influerar mitt jobb idag; den respektfulla synen på försvar som livsnödvändiga överlevnadsstrategier och sensitiviteten för och skyddandet av mänsklig sårbarhet.

I vår AEDP core training är min intention att skapa ett klimat för dig där du under tillräckligt trygga former kan hitta dina ord för vad AEDP-arbetet innebär, att hitta dig själv som terapeut, ditt eget sätt att bedriva AEDP på och att hitta din egen svenska språk-version av AEDP. Som SueAnne Piliero



säger, "AEDP-terapeuten är interventionen". Jag vill erbjuda ett utrymme där du kan utveckla en bra balans mellan förståelsen av teorin och det arbete som pågår i höger hjärnhalva. Bjud in dig till att ta ännu ett kliv in i det implicita, ordlösa. Till att stanna kvar i att "ännu inte veta" (not knowing), tillräckligt länge, för att få en fördjupad upplevelse av den icke-verbala kommunikation som ibland kan vara det viktigaste verktyget för att hjälpa patienten ta ett nästa steg mot läkning och växande.

Varmt välkommen på resan..... att utveckla dig själv i din roll som AEDP-terapeut på *ditt* sätt!