

## Weiterführende Informationen

### Kursdaten

13. - 14. März 2026

### Zeiten

09:15 bis 17:00

### Ort

ipso Bildung AG, Elisabethenanlage 9, 4051 Basel

### Sprache

Deutsch

### Zielpublikum

Interessierte Fachpersonen

### Kosten

CHF 675.-

### Credits

Ein Credit entspricht einer Einheit von 60 Minuten. Die Anerkennung erfolgt gemäss den Richtlinien der jeweiligen Fachgesellschaft.

### Anmeldung

Online ([www.ieft.ch](http://www.ieft.ch)) mittels Formulars. Die Anzahl Plätze ist beschränkt. Der Kurs wird nur bei genügend Anmeldungen durchgeführt.

### Anmeldefrist

14.01.2026

### Annullierungsbestimmungen

Die Annullation der verbindlichen Anmeldung durch den Teilnehmer / die Teilnehmerin ist bis 90 Tage vor Kursbeginn möglich. In diesem Fall werden nur die Verwaltungskosten (CHF 50.-) in Rechnung gestellt. Bei einer Kündigung von weniger als 90 Tagen vor Kursbeginn wird der volle Kursbetrag in Rechnung gestellt. Es ist möglich, eine Ersatzperson zu stellen.

### Organisation und Kontakt

Institut für Emotionsfokussierte Therapie Schweiz IEFT,  
Länggassstrasse 23, 3012 Bern, [www.ieft.ch](http://www.ieft.ch) / [info@ieft.ch](mailto:info@ieft.ch)



Institut für Emotionsfokussierte Therapie  
Institut pour la thérapie centrée sur les émotions  
Institute for Emotion-Focused Therapy  
Schweiz / Suisse / Switzerland



## Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie: Zweitägiger Workshop

13. bis 14.03.2026 in Basel  
mit lic. phil. Sophie Wick

Das Schweizerische Institut für Emotionsfokussierte Therapie organisiert einen neuen zweitägigen Einführungsworkshop in die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) nach Leslie Greenberg. Dieser Einführungskurs richtet sich an alle interessierten Fachpersonen, die einen praxisnahen Einblick in die Emotionsfokussierte Therapie erhalten möchten.

## Zielsetzung

In diesem Workshop werden Sie in die Grundlagen der Emotionsfokussierten Therapie eingeführt. Sie erhalten einen Überblick über die wichtigsten Marker und therapeutischen Aufgaben zur Aktivierung, Bearbeitung und Veränderung belastender Emotionen. Nach Abschluss dieses zweitägigen Kurses sind Sie in der Lage, mit Ihren Klient:innen Stuhlinterventionen nach den Prinzipien der Emotionsfokussierten Therapie durchzuführen.

## Inhalt und Methode

Die Emotionsfokussierte Therapie ist ein wissenschaftlich fundiertes Verfahren (Grawe, 1998, APA, 2008), das erlaubt, unmittelbar in der Sitzung mit Emotionen zu arbeiten. Sie bietet Therapeutinnen und Therapeuten wirksame, empirisch validierte Strategien und Techniken, um die emotionale Verarbeitungsfähigkeit ihrer Patienten zu verbessern. Zentrale Prinzipien sind die Akzeptanz und die Transformation (Emotionen mit Emotionen verändern) von schmerzhaftem emotionalem Erleben.

In einer abwechslungsreichen Mischung aus Theorievermittlung, Videodemonstrationen und Übungen in Kleingruppen werden Teilnehmende in die theoretischen Grundlagen der Emotionsfokussierten Therapie sowie ihre wichtigsten therapeutischen Konzepte (z. B. Unterscheidung unterschiedlicher Emotionstypen) und Methoden (z. B. emotionsfokussierte Empathie, erlebensaktivierende Techniken wie die Zwei-Stuhlarbeit) eingeführt. Bereitschaft zur Selbsterfahrung wird vorausgesetzt.

## In diesem Workshop lernen Sie

- Die theoretischen Grundlagen der Emotionsfokussierten Therapie kennen
- Verschiedene Emotionstypen zu unterscheiden (Emotionsdiagnostik)
- Die Prinzipien emotionaler Verarbeitung und Veränderung kennen
- Sie lernen die wichtigsten Marker für emotionale Verarbeitungsschwierigkeiten zu erkennen und die entsprechenden therapeutischen Aufgaben zu deren Auflösung
- Den Zwei-Stuhl Dialog bei selbstbewertender Spaltung durchzuführen
- Einen Einblick in den Dialog mit dem Leeren Stuhl (Unfinished Business)

## Dozentin



### lic. phil. Sophie Wick

Sophie Wick studierte Klinische und Allgemeine Psychologie sowie Arbeits- und Organisationspsychologie an der Universität Fribourg. Anschliessend absolvierte sie den MAS in kognitiv-behavioraler und interpersoneller Psychotherapie am Klaus Grawe Institut in Zürich (2011-2015). Während dieser Zeit kam sie mit der Emotionsfokussierten Therapie in Kontakt und hat seither verschiedene EFT-Ausbildungen absolviert, insbesondere die ersten Curricula am IEFT Schweiz in EFT (2016) und EFT-C (2018). Sie arbeitet als Psychotherapeutin, Paartherapeutin und assoziierte Supervisorin des IEFT Schweiz in eigener Praxis in Biel/Bienne.



Institut für Emotionsfokussierte Therapie Schweiz  
Länggassstrasse 23 / CH-3012 Bern  
+41 79 469 61 42 / [info@ieft.ch](mailto:info@ieft.ch)  
[www.ieft.ch](http://www.ieft.ch)

Accredited by:

