

גישת AEDP

AEDP - הטיפול הדינמי-חוייתי-מואץ
Accelerated Experiential Dynamic Psychotherapy

עקרונות לעשייה טיפולית מצמיחה בטיפול זוגי ופרטני

עדית רונן-סתר

מטפלת זוגית ומשפחתית מוסמכת, בעלת הכשרה בטיפול בטרומה ממרכז הטרומה בבוסטון, פעילה במכון הבין-לאומי של גישת AEDP. עדית עברה את ההסמכה ארוכת השנים לעבודה בגישת AEDP וקיבלה את ההסמכה הרשמית של המכון להעביר וללמד את תכני הגישה במוסדות ואנשי טיפול.



מתוך הנחות היסוד לטיפול בגישת AEDP

Transformational Theory

תיאוריה של שינוי

Experientially oriented

באמצעות החוויה של המטופל

Healing oriented

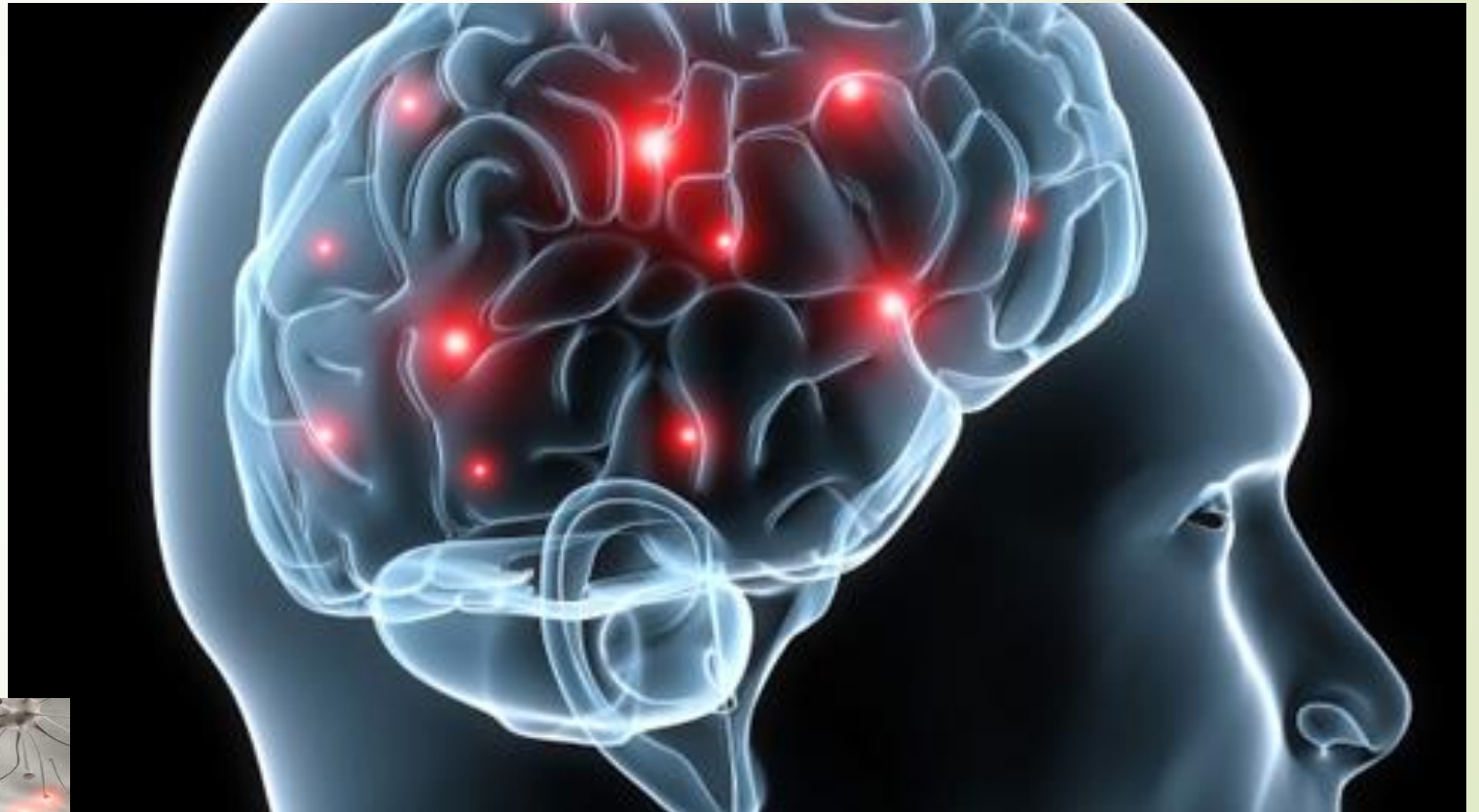
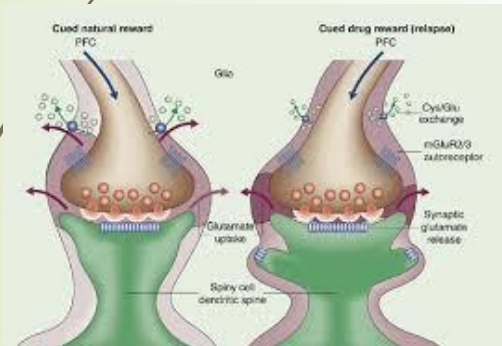
תיאוריה המכוונת להחלמה, לצמיחה

מתבססת על מחקרי מוח עדכניים





Cells that fire together – wire together





מתוך הנחות היסוד לטיפול בגישת AEDP

תיאוריה הסובבת סביב עבודה עם רגש

היבטים התייחסותיים בגישה

מתבססת על תיאוריית ההיקשרות

Undoing aloneness

Dyadic affect regulation

"אחר אמיתי"

receptivity



Emotion science + Relationship science + Transformation science =
Science and Art in practice



כיצד ייראה טיפול בגישת AEDP ? The Transformational process

State 1

- Stress, distress and symptoms
- לחץ, מצוקה וסימפטומים

State 2

- Adaptive core affective experience
- חוויה רגשית אדפטיבית

State 3

- Transformational experience
- חוויה של שינוי

State 4

- Core state and the Truth Sense
- תחושה של אמיתיות, הבנה, הפנמה



גישת AEDP בפיסקה אחת (דני יאנג)

עם הנוכחות המעורבת-רגשית של מטפל המונחה תחת תיאוריית התקשרות, מטפל הנלהב ותומך במטופל, גישת AEDP מפעילה שינוי ברמה הפסיכו-ביולוגית, באמצעות מעקב צמוד (מרגע למשנהו) ותגובתיות לחוויית הליבה של המטופל. כשאלה נעשים תוך כדי ויסות דיאדי והדדי, ומעובדים לכדי השלמה, בליווי עיבוד-מטה של רגעים טרנספורמטיביים, ניתן להגיע, לבסוף, לחוויית חמלה עצמית ונראטיב אוטו-ביוגראפי קוהורנטי ומגובש, של ה "כאן ועכשיו".

With the emotionally engaged presence of an attachment based therapist, who delights and supports the patient, AEDP catalyzes a psychobiological state transformation through the moment-to-moment tracking of and optimal responding to the patient's core experience, which when dyadically regulated, worked through to completion, and with transformational moments metaprocessed, eventually leads to self-compassion and a coherent and cohesive autobiographical narrative, in the here-and-now. (Danny Yeung)



משפטי מחץ וכמה עקרונות חשובים

- Implicit – explicit – experiential – relational
להפוך את הסמוי – לגלוי – לחווייתי - להתייחסותי
- Stay with it and stay with me
תישאר עם זה ותישאר אתי (העמקה בחוויה, ביחד)
- Self-at-best
העצמי המיטבי
- Safety – secure attachment, undoing aloneness
לבד-ביחד
- Tracking moment by moment
מעקב מרגע אחד למשנהו



התקשרות בטוחה

Attunement התכווננות

חולקים מרחב

Resonance תהודה

Affirmation תוקף, אישור

מרחב לתהליך של: התכווננות – הפרעה - תיקון



AEDP for Couples therapy (David Mars)



חלקים מחדשים: ➤

To give birth to a new birth ללדת את החוויה הרגשית בטיפול ➤

Seven Channels of Experience שבעה ערוצי חוויה ➤

Physical and Physiological aspects מימדים פיזיים ופיזיולוגיים ➤

Affect Dysregulation + ויסות זוגי ➤

Defense m. התייחסות למנגנוני הגנה ➤

Tools for transformation + דיבור במונחים של שינוי + התייחסות פזיטיביסטית
positivism

Safe Place אסרטיביות ביצירת מקום בטוח ➤



AEDP for Couples therapy (David Mars) Essence

ללדת את החוויה

To give birth to a new experience

כמטרה טיפולית, aedp

ככלי מעצים, I - I - We



Seven Channels of Experience

שבעת ערוצי החוויה



הדמיון
התחושה
השמיעה
ערוץ ויזואלי
הרגש
התנועה
ערוץ אנרגטי



המשך העמקה בגישה

- ספרות מקצועית באתר של המכון הבינלאומי של גישת AEDP
<https://www.aedpinstitute.org/>
- השתלמויות מקצועיות באנגלית, בחו"ל
- למידת הגישה לטיפול פרטני
- השתלמות בטיפול זוגי
- סדנאות והשתלמויות בעברית, בארץ
- הדרכות פרטניות בטיפול פרטני או זוגי, בגישת AEDP, בארץ
- כניסה לפורום קהילת מטפלי AEDP בישראל