

MÍTOSZ ÉS PSZICHOTERÁPIA



MAKOMP II. KONFERENCIA

2019. május 25-én rendezzük meg a **Magyar Komplex Pszichoterápiás Egyesület** II. konferenciáját.

A konferencia témája a **mítoszok alkalmazása a pszichoterápiás folyamatban.**

A konferencia helyszíne: **Hotel Gellért Budapest**
1114 Budapest Szent Gellért tér 2.

A mítoszok, mondák, mesék olyan ősi tudást konzerválnak, amely segítséget nyújthat félelmeinkben, megvigasztalhat bánatunkban, irányt mutathat nehéz helyzetekben. A mítoszokban archetipikus hősökkel találkozhatunk, akik mintául szolgálhatnak az élet útvesztőjében, segítséget adhatnak a tovább haladásban, a fejlődésben.

A mítoszok ősi erejét számos terapeuta alkalmazta már az elmúlt évtizedekben, például Freud, Jung, Bettelheim, Marie Luise von Franz, Verena Kast és Clarissa Pinkola Estes. A hősök ma is köztünk élnek modern mítoszokban, mesékben (pl. Gyűrűk Ura, Csillagok háborúja, Harry Potter), jelezve a modern ember hősök iránti igényét, szükségét. Konferenciánkon górcső alá vesszük, miként hatnak a múlt és korunk mítoszai az emberi pszichére, a tudatra és a tudattalanra. Milyen módon alkalmazhatjuk a pszichoterápiás folyamatban kultúránk szűkebb és tágabb mítoszait, meséit. Szeretnénk olyan elméleti, gyakorlati előadásokat, workshopokat, tartani, amelyek az adott téma elmélyülését segítik elő.

PROGRAM

9.00–9.10 Megnyitó

9.10–10.00

Dr. Hirsch Tibor és Dr. Hirsch Anikó: Sorskönyv-korrekció és hollywoodi gyógypontok– Terápiás pillanatok a mítoszmoziban.

10.10–10.40

Dr. Boldizsár Ildikó: Sastoll vagy isteni erő, avagy ki segít a hősöknek a mítoszokban és a mesékben.

10.50–11.10. Kávészünet

11.10–11.40

Dr. Simon Lajos: A férfi-nő mítosza és akik szenvednek ettől...

11.50–12.20

Dr. Szamosi Éva: Az apa mítosza.

12.30–13.00

Kácsánci Elvira: A szerelem mítosza a középkori és a mai legendáriumokban.

12.50.-14.00 Ebédszünet.

Szekció I. (14.00–18.00)

Üléselnök: Dr. Hamvas Szilárd

14.00–14.30

Dr. Hamvas Szilárd: A szorongás rétegei, avagy a kognitív megközelítés mítosza.

14.40–15.10

Szél Erzsébet: Sziszüphosz mítosza, és a terápiás elakadások.

15.20–15.50

Galgóczy Katalin: Személyes mítoszaink a hiedelmek, hogyan befolyásolják az életünket?

15.50–16.10 Kávészünet

16.10–16.40

Dr. Domján Nóra: Segítő állatok a mítoszokban.

16.50–17-20

Pongrácz Dóra: A szülőség mítosza.

17.30–18.00

Tóth Melinda: Transzgenerációs mítoszok az egyén terápiájában.

Szekció II. (14.00–18.30)

Üléselnök: Nagy Brigitta

10.00–10.45

Kollár Mária és Agócs Andrea: Vezetői beavatkozások a gyermekpszichodráma csoportban.

10.50-11.10 Kávészünet

11.10–11.40

Standovár Ágnes: Mesék a gyermekpszichiátriai osztályon.

11.50–12.20

Dr. Sztanó Flóra: Egy mese, három történet – Újjászületés, megszületés egy indián teremtmémítosz segítségével (esetbemutató).

12.50-14.00 Ebédszünet

14.00–14.30

Döbör Ágota: Mítoszból valóság–mítoszok és azok szerepe, hatása a várandóság idején.

14.40–15.10

Simonné Huszár Katalin: Mítoszok alkalmazása az oktatásban, szimbólumokkal, hogyan segíthetjük az oktatást.

15.20–15.50

Révész Renáta Liliána: „..fájdalma, amely mélyebb volt, mint az óceán, kiáradt a szívéből a szemem át: megszülettek a könnyek.” Gyászterápia meséssel.

16.00–16.20 Kávészünet

16.20–18.00

Pieke Noémi: Kutya és macskák alkalmazási lehetőségei a gyerekkerápiákban (workshop).

18.30 –19.30 **MAKOMP Közgyűlés**

20.00-tól **MAKOMP buli** a Gellért Söröző és Brasserie (1114 Budapest, Szent Gellért tér 2.)

Konferencia absztraktok

Sorskönyv-korrekción és hollywoodi gyógypontok – Terápiás pillanatok a mítoszmoziban

Dr. Hirsch Tibor

egyetemi docens, filmtörténész

és

Dr. Hirsch Anikó

gyermekpszichiáter, pszichoterapeuta

A filmtörténet életkezdő hőseinek, és éppen azoknak, akik köré a kultuszmozi mára mítoszt épített – Eric Berne tranzakcioanalista szóhasználatával élve – kivételesen rossz a „sorkönyvi prognózis”. Megannyi csodabogárként kiközösített, született vesztes figura, akiknek végleges megnyomorításán javában munkálkodnak a „korlátozó vagy provokáló szülőit” megtestesítő negatív szereplők: gonosz mostohák, kegyetlen nevelőapák, fondorlatos nagybácsik, vagy éppen a hős rossz szellemeként fölbukkanó rosszféle hasonmások, árnyékvivérek és árnyéknővérek. Pinokkió és Luke Skywalker, Forrest Gump és Hamupipőke, Harry Potter és Marty McFly – a tranzakcióanalízis szabályai szerint könnyű volna megírni gyermekkorukhoz a vesztes sorkönyvi folytatást, a szomorú életet, amit emberi számítás szerint élniük kellene, ha nem jön közbe a csodás fordulat – ami mi más is volna, mint maga a történet. Mert hollywoodi mítoszfilmekben „innen szép győzni”: a vesztes sorkönyvi prognózis kiindulási pillanatától. A hős hívást kap, vállát biztatóan öreg mentor karolja át, hozzácsapódnak földi és földöntúli segítők, végre vonakodva elindul – mikor mit hagyva maga mögött: hol csak a szenvedés, hol csak az unalom hétköznapjait. Aztán elér az átjáróig. Az átjárón túl ott a próbatétel, a kaland. Ott lehetségesek a csodák, kezdődik a mese. Ahogy a filmhősöknek, úgy a nézőknek is akadnak pillanataik, amikor hirtelen lépnek át a régiből az újba, mintha titkos ajtón közlekednének világok között. Ezekből a pillanatokból erőt meríthetünk, ha pedig most volna szükségünk világszerte átjáróra, tervezhetünk egyet magunknak holnapra, holnaputánra. Ihletet nyerhetünk belőlük, hogy saját jövőbeli alagútjainkat kiássuk, titkos ajtóinkat kifaragjuk. Amire inkább szükségünk van: nyúlüregre Csodaországba, Narnia havas tájaira nyíló ruhásszekrényére, a 9 és $\frac{3}{4}$ vágányához vezető kőoszlopra, vagy a régi idők hurrikánjára Óz birodalmába. És vajon miképpen használhatók ezek a filmbéli „mítoszelemek” célzottan a gyógyító munkában? Először fölidézzük a mozivilág világszerte átjáróit, azok funkcióit, majd játszani kezdünk saját régi átjáróinkkal és átjáróábrándjainkkal. Az „átjáróélmény” nem az egyetlen a mítoszfilmek erős dramaturgiai pillanatainak közül. A kalandra hívás, a csata, a siker, a hazatérés hasonlóan szép vagy izgalmas „gyógypontok”. Előadásunkban a módszert és a szemléletet demonstráljuk a filmes határátlépésekkel, és az ezeket hasznosítani képes gyógyító eszköztárral. Szeretnénk rámutatni a filmes történetmesélés katartikus képkockáira, melyek az ősi, gyógyító rituálék mintázatát követve alkalmasak lehetnek a komplex pszichoterápiás folyamatok serkentésére, érzelmi hidak kiépítésére.

Sastoll vagy isteni erő, avagy ki segít a hősöknek a mítoszokban és a mesékben

Dr. Boldizsár Ildikó
néprajztudományok kandidátusa

A metamorphoses-meseterápiában a segítő alakja döntő fontosságú, mert ő képviseli azokat a képességeket és erőket, amelyekre a hősnek szert kell tennie a mesei út bejárása során. Vlagyimir Jakovlevics Propp orosz mesekutató – az ő munkásságára épül a Metamorphoses Meseterápiás Módszer – már 1928-ban felfedezte, hogy a hős és segítője funkcionálisan azonos személyek. Ez a mese szerkezetén alapuló strukturális bizonyosság – amelyet A mese morfológiája című művében publikált először – a terápiás folyamatokban is döntő jelentőségű. Az előadásban arra keresem a választ, vajon a mítoszokban is kimutatható-e ilyen erőteljes kapcsolat a hős és segítője között, illetve milyen típusú segítőik rendelődnek a más-más bajban lévő hősök mellé, és hogyan válhatnak terápiás értékűvé azok a segítő technikák, amelyek hős és segítője között kialakulnak mind a mítoszokban, mind a mesékben.

A férfi-nő mítosza és akik szenvednek ettől...

Dr. Simon Lajos PhD

Az apa mítosza

Dr. Szamosi Éva
gyermek klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta

Az előadásban az apai mítosz és az apa archetípus patológiás megjelenési formáit ismertetem esetbemutatókon keresztül. Részletesen bemutatom az apa archetípust és összehasonlítom az Isten-képpel. Ismertetem az ezzel kapcsolatos lehetséges patológiákat: a tudattalan identifikációt az archetípussal; az ellenállást az archetípus hatalommal; az apakomplexust és az apai imágó kettős aspektusát mint ellentétes archetipikus hatásokat. Ezek hatásmechanizmusát négy esettel illusztrálom: egy testvérpár tudattalan identitáson alapuló végzetes útját, W. A. Mozart egész életét befolyásoló apaképét, valamint két nő különbözőképpen végződő apakomplexusát.

A szerelem mítoszai a középkorban és napjaink legendáriumában

Kácsánci Elvira
felnőtt klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta

A szerelmi történetek mindig is fontos témái voltak a mítoszoknak, meséknek, irodalmi műveknek. Központi elemük, hogy kik, hogyan és miként kerülnek bonyodalmas szerelmi viszonyba. A középkori szerelmi történetekben gyakori téma, hogy a szerelem két olyan ember között bontakozik ki, akik között társadalmi, vallási, családi ellentét húzódik meg, s a szerelem beteljesülése akadályokba ütközik, majd tragédiába torkollik. Gondolhatunk Trisztán és Izolda, Abélard és Héloise, vagy a mindenki által ismert Rómeó és Júlia történetére. A mai szerelmi fantasy történetekben érdekes változást lehet megfigyelni: nem két homo sapiens között alakul ki szerelmi érzés, hanem két különböző faj között, például ember és vámpír, boszorkány és vámpír között, ami további bonyodalmas eredményez (pl. az Alkonyat trilógiában, A boszorkányok elveszett könyvében). Vajon minek tudható ez be, mi változott a szerelem vágyában, mitől nem elégszik meg a homo sapiens a saját társával, és mitől is válnak ezek a történetek óriási könyv- és filmsikerré? Előadásomban ezeket a kérdéseket járom körbe a kötődés és a tárgykapcsolatok aspektusából.

A szorongás rétegei, avagy a kognitív megközelítés mítosza

Dr. Hamvas Szilárd
pszichiáter, pszichoterapeuta

A kognitív terápia strukturáltsága lehetővé teszi, hogy számítógépes algoritmusokat fejlesszünk, mely fejlesztés a terapeutamentes pszichoterápia ígéretével kecsegtet. Vajon amikor a kötődési zavaros gyermek kötődési problémákkal küzdő felnőtté érik, hogyan fog kötődést tanulni egy számítógéptől? Előadásomban egy katatím imaginatív terápia módszerével kezelt eset ismertetésén keresztül a szorongás különböző forrásaira világítok rá. A felszínen terrorcselekményektől és szívinfarktustól való félelem jelenik meg pánikrohamok formájában. Ez akár kognitív terápiával is kezelhető lett volna, ha csak a tünettől való megszabadulás lett volna a cél, annak tudattalan gyökerét nem háborgatva. Azonban az imaginatív munka során látott szimbolikus képek alapján úgy gondolom, a szorongás említett megnyilvánulása a fedőkép funkcióját töltötte be, elterelve a figyelmet egy – a tudattalanban megbúvó szorongást keltő – konfliktusról. A feltárás elmaradása könnyen tünetváltást eredményezhet valódi problémamegoldás nélkül. A felszínre került konfliktus a munka vagy család közötti tépelődésként írható le, és az alapfokú munka során a Patakparton megjelenő malom képe hozta be a problémát a terápiába. A szorongás másik, még mélyebb rétegéhez kapcsolódó forrását illetően a páciensnek nincsenek deklaratív emlékei. A Ház strukturáltsága, illetve strukturátlansága jelzi, hogy milyen szintű a probléma. Ennek megértését életrajzi adatok (is) segítik. Fontos kérdés, hogy olyan szorongások esetén, melyben a szorongás forrása mélyen a tudattalanból ered, mit tud ajánlani a kognitív terápia. Félő, hogy a korai kötődési zavar problémájában szenvedők aránya nem csökken. Ilyen esetekben vajon nem kontraindikált-e a személytelen terápia?

Sziszifusz mítosza és a terápias elakadások

Szél Erzsébet

gyermek- és ifjúsági klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta-jelölt

Bizonyos értelemben a pszichoterápiás folyamat minden perce az elakadások körül forog, hiszen középpontjában a páciens elakadása áll. A terápia meghatározó pillanata lehet a folyamatban keletkező elakadás, aminek megoldása akár a segítő-gyógyító kapcsolat sikerességének és hatékonyságának a kulcsa is lehet. Előadásomban felvázolom a terápias elakadás lehetséges okait, a háttérben álló páciens- és terapeutajellemzőket. A terápias cél megvalósítását jelképező sziszifuszi munka nemcsak a lassan haladó, aprólékos és időnként megvalósíthatatlan jellemzők mentén köthető a jól ismert mítoszhoz. Sziszifusz történetének jelentősebb pontjai, a ravaszság, a titkok elárulása, a kapcsolati törések, a bűn és bűnhődés motívumai mellett Camus értelmezésében az „úton levést”, a küzdés értékességét is reflektorfénybe helyezik. A terápias elakadás kapcsolati deficitként való meghatározása magában rejtheti a megoldást is. Az előadásban felvázolt esetvignetták szemléltetik, hogyan lehet fókuszba tenni magát az elakadást és a megoldást Sziszifusz alakjának és Déva várának imaginációs felhasználásával.

Személyes mítoszaink, a hiedelmek hogyan befolyásolják az életünket?

Galgóczy Katalin

felnőtt klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta

A konferencia témájához kapcsolódva előadásomban a személyes „mítoszainkról” lesz szó. Azokról a tiltásokról és parancsokról, amelyek meghatározzák a világhoz, más emberekhez és saját magunkhoz való viszonyunkat. A pszichoanalízisben ez a szuperego, a kognitív terápiában a hiedelmek, a sématerápiában pedig a korai maladaptív sémák. Hogyan alakulnak ki, hogyan

befolyásolnak és hogyan változtathatók meg? Ezekre a kérdésekre fogok rátekinteni egy páciens sématerápiás esetbemutatásán keresztül.

Segítő állatok a mítoszokban

Dr. Domján Nóra PhD

klinikai és mentálhigiéniai felnőtt szakpszichológus, egyetemi adjunktus

Az állatasszisztált terápia egyre nagyobb teret nyer napjainkban, aminek egyik oka a hatékonysága, főként olyan problémakörök esetén, ahol nonverbálisan tanácsos dolgozni a kliensekkel. Az állatok viszont nem az utóbbi évtizedekben jelentek meg az emberi psziché segítőjeként, hiszen már évezredekkel ezelőtt is születtek olyan írások (mítoszok), amelyekben az állatok segítik a főhőst célja elérésében. A mítoszok lélektani szempontból az egyén személyiségfejlődésének leírásai. Előadásomban azt vizsgálom, hogy a mítoszokban megjelenő állati segítők milyen módon viszik előre a hősöket, és ez a segítő szerep hogyan hasznosítható az olyan pszichoterápiás módszerek gyakorlati alkalmazása során, amelyek főként szimbolikus, vizuális eszközökkel dolgoznak, mint például a katatím imaginatív képélmény vagy a szimbólumterápia.

A szülőség mítosza

Pongrácz Dóra

klinikai és mentálhigiéniai felnőtt szakpszichológus-jelölt

Az előadás bemutatja, hogy milyen tapasztalatok járulnak hozzá az apává és anyává váláshoz a szülőséghez vezető úton. A párkapcsolat aktuális dinamikája és a család múltbeli mintázatai, az implicit és explicit emlékek hogyan befolyásolják a szülőség tudatos és tudattalan megélését, ezek a megélések milyen apai és anyai viselkedéshez vezetnek. Az előadás gyermeket váró vagy csecsemőt nevelő szülők megélésein keresztül szemlélteti, hogyan veszhetünk el a szülőség útvesztőiben. Gyermeket várni vajon „áldott állapot” vagy „terhes”? Vagy mindkettő?

Transzgenerációs mítoszok az egyén terápiájában

Tóth Melinda

klinikai és mentálhigiéniai felnőtt szakpszichológus-jelölt

„Ember vagyok, új élet, új utas,
Ki azt hiszi, friss titkokat kutat,
S szűz ösvényt tör. Ám bennem csöndesen
Ezernyi ős mozgás jár vén utat...”
„...Jaj, hány rossz éven át
Vonszolja még a csüggeteg utód
Sötét parancsok konok csapatát?...”

Tóth Árpád: Az ősök ritmusa

A nagy tanítók tudják: ami nem oldódott meg a múltban, kihat jelenünkre, és befolyásolja a jövő lehetőségeit. A családunk története a mi történetünk. Bejárhatjuk a világot gyógyulást keresve, de a megoldás ott van bennünk rejtve mindaddig, amíg rá nem találunk. „Mi végre élek? Mi az én feladatom az életben? Mire/miért jöttem a világra?” kérdések fel-felsejlenek életünk során, jelezve, hogy itt az idő a múlt titkainak felderítésére. Előadásomban egy fiatal nő párkapcsolati mintázatán keresztül mutatom be, hogyan elevenedik meg a múlt: szülei, nagyszülei, dédszülei öröksége, azon családi mítoszok, amelyek eddig rejtve voltak. Ehhez

Muriel Laurant pszichogenealógiai megközelítését hívom segítségül, mely egy olyan rendszerszemléletű keret, ahol világosan strukturált lépések során az egyéni élettörténetre hatást gyakorló transzgenerációs traumák, öröklött kapcsolati mintázatok feltárhatóvá és gyógyíthatóvá válnak. Előadásom fókuszába a korai kötődési mintázatok jelentőségét emeltem, melyek hatása nemcsak a jelen kapcsolati problémáiban érhetőek tetten, hanem mint egy emlékkönyv tartalmazzák felmenőink gondolatait, érzéseit, világlátását, tágabb értelemben az élethez való viszonyát. Úgy vélem, családunk története nemcsak a szenvedés örökségét hordozza, hanem azt az erőt is átadja, amellyel a változtatás útjára léphetünk.

Vezetői beavatkozások a gyermek pszichodráma csoportban

Kollár Mária

klinikai gyermek szakpszichológus, pszichoterapeuta

és

Agócs Andrea

mentálhigiénés munkatárs

A gyermek pszichodráma csoport hatótényezői közül a vezetők szerepét és az intervenciókat mutatjuk be előadásunkban. A hazai és európai gyakorlatban különböző szemléletmódokkal találkozhatunk. A csoport és a gyermekek szükségleteinek megfelelően részben megtervezzük az intervenciókat, részben spontán módon veszünk részt a csoport alkotásában. Támogatjuk a kereteket, inspiráljuk az érzések, szükségletek kifejezését, fantáziák, belső tartalmak megjelenítését, traumák feldolgozását, készségek fejlesztését, sajátmegoldások kibontakoztatását. Ezekre mutatunk példákat a közösen vitt csoportokból.

Mesék a gyermekpszichiátriai osztályon

Standovár Ágnes

klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta

2016 óta a Mosoly Alapítvány támogatásával a Pécsi Tudományegyetem Klinikai Központ Gyermekgyógyászati Klinika Gyermek- és Ifjúságpszichiátriai Tanszékén az osztályon kezelt gyermekek és fiatalok heti három alkalommal komplex mese- és művészetterápiás foglalkozásokon vehetnek részt. A csoportok kettős vezetéssel (pszichológus/orvos/zeneterapeuta) működnek. A csoportfoglalkozások segítséget nyújtanak a fiataloknak az aktuális nehézségeikkel való küzdelemben, a traumafeldolgozásban, az egymással való kapcsolódásban, szorongásoldásban, kreatív energiák mozgósításában, énerősítésben, a verbalizálható és a szavakkal el nem mondható érzések, élmények megjelenítésében, feszültségvezetésben. Minden alkalommal a gyermekek aktuális pszichés állapotához illeszkedve választjuk ki a megfelelő képzőművészeti, mese- és zeneterápiás eszközt, technikát. Előadásomban a történetekkel és elsősorban a népmeséssel való munkára fókuszálok: miért mesélünk egy pszichiátriai osztályon, mit mesélünk, hogyan készítjük elő és segítjük a mese befogadását, milyen feldolgozás zajlik a csoportok során, valamint hogyan válnak érzések, problémák kimondhatóvá, kifejezhetővé a történeten keresztül a csoportokon biztosított biztonságos, megtartó közegben. Szemléltetem, hogyan hívjuk segítségül, használjuk ezeket a több száz éves bölcséleti szövegeket a gyógyításban a bajba jutott fiatalokkal, serdülőkkel való munkában. A mesével való munka alapja a Boldizsár Ildikó által kidolgozott Metamorphoses® meseterápiás módszertan. A módszertan egyik alappillére az élőszavas mesemondás, aminek az osztályon zajló munka során különleges jelentősége van. A mesehallgatást követő sokféle feldolgozási módot mindig a résztvevőkhöz igazítjuk. Nem célunk a mesei képek, szimbólumok értelmezése, illetve valamiféle tanulság levonása, sokkal inkább a történeten keresztül a kapcsolódás lehetőségének biztosítása; érzelmek, indulatok megjeleníthetősége és a saját erőforrásokhoz való hozzáférés segítése.

Egy mese, három történet – Újjászületés, megszületés egy indián teremtésmítosz segítségével

Dr. Sztanó Flóra
gyermekpszichiáter

A mese ősi bölcsességének „felhasználása” számtalan lehetőséget rejt magában: tanít, utat mutat, feltölt, bátorít, felszínre hoz valamit magunkban, ami nehezen hozzáférhető. Megmutatja, hogy a kibillent egyensúlyt hogyan lehet helyrehozni. A gyökerei nagyon mélyre vezetnek: hívhatom ősi tudásnak, kollektív tudattalannak, egyetemes szellemi tanításnak. Előadásomban a metamorphoses meseterápiás módszert mutatom be egy teremtésmítosz segítségével, három terápiás történeten keresztül. Egy mesét olvasva a kliens legjellemzőbb módon a főhőssel azonosul vagy ellenazonosul. Megszólíthatja több mesei helyzet, akár mondat is. A metamorphoses meseterápiás módszerben a mesei helyszínek játszanak fontos szerepet a terápia folyamán. Mi a feladat, mi a dolga a hősnek, minek kell megtörténnie ahhoz, hogy túlléphessen egy-egy helyszínre, hogy végül eljusson a „királysághoz”, a rendezettséghez. Így a mese valóban megmutat egy terápiás utat, folyamatot, feladatokat jelöl ki a kliens számára. Mindezt képekben mutatja meg, így igénybe veszi a jobb és bal agyféltekés gondolkodásunkat egyszerre. Nagyon fontos a mesékben a segítő személye, a hős csak akkor tud továbbhaladni az úton, ha találkozik vele és tud hozzá megfelelően kapcsolódni. Egy terápiában is kulcsfontosságú pont, amikor a belső erőforráshoz el lehet jutni, és erre támaszkodva lehet haladni a gyógyulás felé. A három történetben (egy csoportfoglalkozás, két egyéni eset) közös, hogy valamiféle újjászületés, megszületés folyamatát segíti a mese. Forgatókönyvet ad, hogy egy testi trauma, egy normatív krízis, egy gyermekkori trauma után hogyan lehet megteremtteni életünkben az új egyensúlyt.

Mítoszból valóságmítoszok és azok szerepe, hatása a várandósság idején

Döbör Ágota
pszichológus

Előadásomban részben az anyasággal kapcsolatos modern mítoszokról beszélek, melyek sokszor túlzó elvárásaikkal a későbbi, szülés utáni nehézségek melegágyai. Az előadás másik részében három eseten keresztül mutatom be, mennyire fontos és meghatározó a babáról kialakított kép, elvárás a várandósság időszakában. Mindenki kialakul egy kép arról, milyen lesz a gyermeke, milyen lesz a kapcsolatuk. Vannak azonban helyzetek, amikor ez a természetes képképződés nem a megszokott módon megy végbe. Az első történetben azt mutatom meg, milyen nehéz, ha egy korábban, a születésekor elvesztett babát követ egy terhesség: hogyan hat ez a kapcsolatra, lehet-e, szabad-e ábrándozni, érezni. A második történetben a kismamának újra kell terveznie a kialakult képet, ugyanis kiderül egy egész életre kiható genetikai rendellenesség a babánál: új fantáziák kellenek, el kell engedni a már kialakult vágyakat, másfajta realitást kell kialakítani. A harmadik esetben azt mutatom meg, miként tart meg egy még meg sem született baba és az ő víziója akkor, amikor egy váratlan tragédia miatt az édesapa meghal a várandósság alatt. A kismamákkal folytatott munka során anya-magzat kapcsolatanalízissel dolgoztunk, mely mindvégig képileg is láthatóvá tette az anyában zajló folyamatokat.

Mítoszok alkalmazása az oktatásban – Hogyan segíthetjük a tanulást szimbólumokkal?

Simonné Huszár Katalin
tanácsadó szakpszichológus

Előadásomban a szimbólumok iskolai „felhasználásának” új lehetőségét mutatom be: a gondolkodási műveletek „megszemélyesítése”, tanulást eredményező együttműködésük modellezése hozzájárulhat-e, és ha igen, hogyan a tanulási hatékonyság növeléséhez. A témában végzett két tanéves kutatás tapasztalatait foglalom össze, amely általános iskolában dolgozó pedagógusokkal és 4–8. osztályos diákokkal együttműködésben valósult meg. Az előadás esetrészleteken keresztül egy új fejlesztési irány felvázolásával zárul: használható-e a tanulás szimbolikus modellje tanulási terápiás lehetőségként?

"..fájdalma, amely mélyebb volt, mint az óceán, kiáradt a szívéből a szemem át: megszülettek a könnyek." – Gyászterápia mesékkel

Révész Renáta Liliána
pszichológus

A népmesék, mítoszok minden fontos élethelyzetben segítséget tudnak adni. Sokféle krízissel, gyásszal is sokszor találkozunk a mesékben. Már négy éve foglalkozom meseterapeutaként mesékkel, a gyászolókkal folytatott munkámban is felhasználom a meséket. Veszteségek esetén a gyászfolyamatnak fordulópontjai vannak, melyeket a mesék megtámogatnak. A halál elfogadásán túl fontos pont a gyász elfogadása, az alámerülés, a szembenézés, a kapcsolat értékelése, a bűntudat, a harag, a csalódások átdolgozása és az újrakezdés, a továbblépés előkészítése. A terápiás folyamatban fontos helye van az előszavas mesélésnek, a mesékkel való közös munkának, a terapeuta és a kliens együtt járják be a mese helyszíneit, érzelmeit, gondolatait. Eseteken keresztül mutatom be a saját tapasztalataimat, módszeremet.

Kutyák és macskák alkalmazási lehetőségei a gyermekterápiákban (workshop)

Pieke Noémi
gyógypedagógus

A kutyák és macskák szinte a világ minden kultúrájában fontos szerepet kapnak a mesékben, mítoszokban. A kutyával leggyakrabban az alvilág őrzőjeként találkozhatunk a mesékben. Mint archetípusnak lényegi eleme a hűség és az agresszió. Ereje félelmetes, amíg a főhős ellen irányul, de biztonságot ad, amint sikerül megszelídíteni. A mesékben kétféle szerep jut neki: vagy őriznie kell valamit, vagy védenie valakit. Erejét sosem a saját céljaiért használja, hanem gazdája kívánságait teljesíti. Ezzel szemben a macskát saját motivációi éltetik. Archetípusként a nőiesség, az anyaság, a termékenység megtestesítője, valamint a szabadság és a függetlenség szimbóluma is. Bejárása van az istenekhez (a Napisten segítőjeként), de az alvilágban is otthonosan mozog a boszorkányok társaként. Ennek köszönhetően összekötő szerepet is betölt a világok között. Ha valakit megkedvel, azt megvédi, de nem fizikai erejével, hanem ügyességével, leleményességével, valamint varázslattal, boszorkánysággal. A kutya és a macska egymás ellentétei és kiegészítői. Egyes elemzők szerint a kutya az animus megtestesítője (erő, hűség, bátorság, megmentés és hódítás iránti vágy), míg a macska az animáé (érzékenység, megérzések hangsúlyossága, természetlenséggel és a transzcendenssel való kapcsolat, gondoskodás). Terapeutaként különleges lehetőségnek tartom, hogy ezek a mesebeli, mitikus lények a valóságban is léteznek, ráadásul olyan szelídített formában, ami lehetővé teszi a klienseknek a velük való találkozást, munkát. A kapcsolatközpontú állatterápia lényege, hogy a kliens képessé váljon arra, hogy ezekkel az állatokkal kontaktusba lépjen,

megismerje és elfogadja őket teljes valójukban. Képesé kell válnia arra, hogy szövetségeseivé tegye ezeket az állatokat, együttműködjön velük, illetve a maga hasznára fordítsa ösztönvilágukat, majd erőforrásként beépítse a tőlük tanultakat. A létrejövő kapcsolat abban is segít, hogy a gyermek feldolgozhassa, pótolhassa az emberi kapcsolataiban elszenvedett traumákat, hiányosságokat, akár már a szimbiotikus kapcsolattól kezdődően. A terápiás állatok eleven szimbólumokként a játékterápiát is színesíthetik, többlettartalommal ruházhatják fel, például amikor a gyermek saját meséjének szereplőjévé választja a kutyát/macskát, és el is játsza vele az adott jelenetet. A workshop során 8–18 éves kor közötti gyermekek és serdülők számára kifejlesztett játékokat mutatok be, melyeket rövid elméleti bevezető után a résztvevők is kipróbálhatnak. A workshop betekintést nyújt konkrét terápiás esetekbe is.

Jelentkezni lehet:

<http://www.makomp.hu/aktualis-konferencia-2019/>

A jelentkezés a konferencia díjának kifizetésével érvényes. Az egyesületi tagok az éves tagdíj befizetését is tüntessék fel a konferenciadíj befizetése mellett (2019. tagdíj/8000 Ft és konferenciadíj).

A konferenciával kapcsolatban érdeklődni lehet:

Kácsánci Elvira: elvira.kacsandi@gmail.com, 06 30 850 2987 (hétfőn és szerdán)

Sárközci Zsuzsa: info.sarkozizsuzsa@gmail.com 06 30 286 7544

A részvételi díj átutalással és a helyszínen készpénzes fizetéssel teljesíthető! Korlátozott számú helyek állnak rendelkezésre, ezért javasoljuk a mielőbbi befizetést! A részvételi díj tartalmazza a szünetekben elfogyasztható üdítőt és kávékat és süteményeket (gluténérzékenyek számára is).

Részvételi díj 2019. március 25-ig

Tagoknak: 11 000 Ft + 3000 Ft (kedvezményes ebéddel együtt 14 000 Ft)

Nem tagoknak: 12 000 Ft + 3000 Ft (kedvezményes ebéddel együtt 15 000 Ft)

Diákoknak, nyugdíjasoknak, gyesen lévőknek: 8000 Ft + 3000 Ft (kedvezményes ebéddel együtt 11 000 Ft)

2019. március 25. után

Tagoknak: 13 000 Ft + 3000 Ft (kedvezményes ebéddel együtt 16 000 Ft május 15-ig történő befizetéssel)

Nem tagoknak: 14 000 Ft + 3000 Ft (kedvezményes ebéddel együtt 17 000 Ft május 15-ig történő befizetéssel)

Diákoknak, nyugdíjasoknak, gyesen lévőknek: 10 000 Ft + 3000 Ft (kedvezményes ebéddel együtt május 15-ig történő befizetéssel)

Az egyesület minden résztvevő számára 2500 forinttal járul hozzá a Danubius Hotel Gellért Étterem által biztosított ebédhez (kedvezmény nélkül 5500 forint) amennyiben 2019. május 15-ig befizetésre kerül.

Számlaszám:

Magyar Komplex Pszichoterápiás Egyesület

Erste Bank: 11600006-00000000-80629980

A közleményben mindenképpen szerepeljen a **konferencia neve és az Ön neve.**

A konferencia CME pontszáma folyamatban van.

Ebédmenü

Salátabár öntetekkel, dippekkel

Pácolt lágy sajt, színes borssal, színes paprikákkal – Cézár saláta pirított jércemellel – Érlelt szívsonka tormával, házi mustárral, marinált hagymákkal

Tanyasi csirkecomb pikáns gombákkal, zöld fűszeres zöldségekkel – Tengeri halfilé szezámmag köntösben, jázmin rizssel, fokhagymás remuláddal – Sörben sült sertéskaraj egészben sütve párolt káposztával, stricelt burgonyával – Bazsalikomos fusilli paradicsommal, olívákkal, édes chilivel

Desszert és torta válogatás cukrászdánkból – Gyümölcsös és csokoládés pohárkrémek – Laktóz és gluténmentes sütemények
