



ABSZTRAKTKÖTET

Az illúziók hálójában – illúziók a terápiás térben

IV. MAKOMP Konferencia - Budapest

2022. június 11.

Dr. Szamosi Éva: Illúzió és sorskönyv egymásra hatása a terapeuta munkájában

Az illúziók legalább olyan fontosak a terápiás munka során, mint maga a realitás. Hol egyik, hol a másik kerül előtérbe. Ez a váltakozás a gyógyító folyamat sajátos jellemzője, mindig egyedi ritmust követ. Maga a terápiás kapcsolat is illúziókkal való munka, ugyanakkor reális munkaszövetség. Sorskönyvünk (nevezhetjük hitrendszernek, vagy kognitív sémának is) azokat a hiedelmeket tartalmazza, melyek igazáról meg vagyunk győződve, alapigazságként kezeljük azokat. Olyan mélyen rejtőznek bennünk, hogy nem vesszük észre, ahogy működtetnek minket. A pozitív hiedelmek támogatják önbizalmunkat és a másokba vetett bizalmunkat. A negatív hiedelmek a transzgenerációs események, traumák földjén termelődnek és nehéz batyuként nehezednek a vállunkra. Ha követjük sorskönyvünket, a megszokott önvédelmi terv védőbástyája viszonylagos biztonságot nyújt, de újra és újra megismételjük a generációkon átívelő, és gyerekkorunkban már megtapasztalt drámákat. A sorskönyvi döntések jól szabott ruhaként simulnak ránk, úgy érezzük, megvédenek a külvilág okozta sérülésektől és biztosítják a családi gyökerekhez tartozást, ezért fenntartásukhoz gyakran kirándulunk az illúziók világába. Az illúzió során félreértelmezzük a valóságból érkező ingereket, csakhogy ábrándozhassunk, hogy vágyaink beteljesülését elképzelhessük. Valóságnak tűnő látszat, alaptalan remény, önámítás, melynek segítségével nagyok, sikeresnek gondolhatjuk magunkat. Az önismeretünk elején sorskönyvünknek eleget téve gyakrabban ignorálhatjuk a valóságot és több az illúzió, majd tanulmányaink és korunk előrehaladtával az illúziók mennyisége és minősége is változik. Egyre kevésbé erősíti a sorskönyv igazát, inkább inspirációként működik és a terapeuta feltöltődését szolgálja. Ezt a fejlődési utat járom be előadásomban. A kezdet terápiás hibáit egy serdülővel folytatott munkán keresztül, míg az ígéretesebb folytatást egy felnőtt terápia részleteivel mutatja be.

Dr. Hirsch Tibor és Dr. Hirsch Anikó:
Testről és Lélekről a Gázláng fényében - női alternatív (?) valóságok a moziban

A pszichoszomatikus kórképek együtt járnak a testre fókuszált, testi érzésekre beszűkült figyelemmel, gondolkodással. A hipochonder vagy a testképzavaros fantáziák időnként akár az egész személyiséget, annak fejlődését átható, torzító következményekkel járnak. A test megélése, birtokba vétele és a működése feletti egészséges mértékű kontroll megtalálása a serdülőkor komoly kihívása. Ezen folyamat sérülékenysége, nehézsége gyermekpszichiátriában, pszichoterápiában kiemelten fontos és nagy kihívást jelentő terület.

A páciensek időnként furcsa illúziók mentén, egyfajta módosult tudatállapotban közelítik meg szerteágazó tüneteiket, panaszait és a gyógyítás folyamata is gyakran kanyarog ebben az illúziókkal átszótt átmeneti térben.

Akár a beteg önveszélyeztető tévképzeteiről, akár a terapeuta kínálta gyógyító virtuális térről van szó: neurotikus, pszichotikus alanyok képzelt világaival telis-teli van a filmtörténet.

Kereshetünk klasszikus példákat vagy kutakodhatunk későbbi művészfilmes mesék képzelt univerzumai között, a film – a jó film – olyan eszközzel is élni tud, amivel a lélekgyógyász szakember aligha.

A mozi ugyanis, tudjuk, maga is illúzióvilág. Az a film pedig, amelyik olyan valakiről szól, aki magának világot épít, vagy akinek mások jó vagy rossz szándékkal, világot építenek – éppen ezért kétszeres illúzióvilág.

Az „illúziótémájú” filmekben úgy képzeljük, az lehet gyógyító szerepben, aki ellentétben a tévelygővel, tudja, hol kezdődik, hol végződik a valóság. De ki volna ez? A beteg főszereplő jóakarója, pszichológus szerepben? A beteg maga, akiről kiderül, illúzióvilága esetleg mégis valóságos? A történet leselkedő kibiceit, akik kettőjük téves valóságértelmezéseit figyelik?

Netán csak a néző? Esetleg ő sem?

Az ilyen film, terapeuta szemmel nézve valószínűleg több mindenre jó: egyszerre érzékelteti a nézővel, milyen is, amikor valaki saját külön valóságát látja, vagy hamis

önképet dédelget vagy szégyell. Egyszóval: érzékelteti, milyen betegnek lenni. De megmutatja, azt is, hogy miképpen lehet a valóság és illúzió viszonylagos, és elülteti bennünk a kételyt: van-e biztos. pont, méltó tekintélyszemély a kettő elválasztásához?

Olyan, elsősorban női hősök illúzióvilágairól szóló filmeket veszünk sorra ennek szemléltetéshez, ahol betegség és egészség, sőt, beteg és segítői megkülönböztetésében sem dönt a néző könnyen, esetleg a „zavaros tükörrendszerrel” a film végére – az alkotó szándéka szerint magára marad.

Ezzel szemben a mindennapi terápia útvesztőiben látszat és valóság között egyensúlyozva a gyógyító és páciense sajátos közösséget alkot. Ebben a kapcsolatban, empátiás tükrözésben haladhat a gyógyulás, bárki és bármi is legyen az, aki vagy ami végül is segíti azt.

Dr. Hamvas Szilárd: Katathym képélmény alkalmazása Evészavaros betegeknél csoportpszichoterápia keretében

Az anorexia nervosa (AN) ugyan nem népbetegség, de gyakorisága és életkorhoz viszonyított mortalitási aránya (SMR) ijesztően magas, a farmakoterápiás megközelítés többnyire sikertelen, pszichoterápiás kezelése kihívásokkal teli. A SE Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikán néhány éve újra indult az AN fekvőbeteg ellátása. A hazai gyakorlatban komoly hiátus, hogy osztályos kezelést már nem igénylő, de még továbbra is alacsony testtömeg indexű betegek ellátása nem biztosított. Ebben a kényszerhelyzetben kezdtük kidolgozni az evészavaros betegek csoportpszichoterápiáját, mely blokkosított rendszerben katahym imaginatív pszichoterápiát és sématerápiás megközelítést alkalmaz. Az AN és bulimia nervosa hátterében számos pszichológiai ok állhat, kezdve a korai tükrözés zavarától a hamis szelfen át a szexuális abúzusig. Több esetben alexithymia teszti nehezen „elérhetővé” a páciens. Az imaginált és rajzban ábrázolt képekben a különböző pszichés háttér jól érzékelhető, tetten érhető. Az előadás az első csoport eddig összegyűlt tanulságait tekinti át.

Brieger Katalin: A veszély illúziója traumatizáltak terápiájában

Előadásomban arra hívom fel a figyelmet, mennyire fontos, hogy a trauma-fókuszú terápiák során foglalkozzunk a stabilizációval és a biztonságérzet megteremtésével. A veszélyérzet, a fokozott készenléti állapot a traumatikus esemény(ek) elszenvedését követően állandósulhat, a mindenkori jelen részévé válik, és beszivárog a traumához látszólag nem kapcsolódó helyzetekbe, a terápiás térbe is. Kezelése tehát elengedhetetlen, amelyben fontos szerepet kap a vegetatív szint figyelembe vétele (például bottom-up terápiás megközelítések használatával), de ezen felül a terápiás kapcsolat áttételi-viszontáttételi folyamatainak elemzése is. A terapeuta könnyen ringathatja magát abba a hitbe, hogy „egészségbe szeretheti” a páciensét, vagy hogy nem ismétli meg a traumát, a viszontáttételi érzések reflexiója nélkül azonban észrevétlenül, és könnyen válhat bántalmazóvá.

Komplex traumatizáció esetén nem megkerülhető a strukturális disszociáció elméletének ismertetése, ismerete sem. Ebben a tekintetben különösen érdekes, hogyan marad fenn és nyilvánul meg a "veszély illúziója" az egyes személyiség-részekben, egoállapotokban, és mihez kezd vele a terapeuta.

Kácsánci Elvira: Terápiás vakfoltjaink

Mindenki ismeri a szem anatómiájából adódó vakfolt létezését és működését, amelyet az agyunk korrigálni képes. De létezik pszichés „vakfolt” is, amikor a tudattalan működéséből fakadóan bizonyos helyzeteket, dolgokat, személyeket, kapcsolati működéseket nem látunk objektíven, vagy nem akarunk meglátni, érzékelni, felfogni. A pszichoterápiás folyamatban mind a páciensnek lehetnek vakfoltjai és a terapeutának is lehetnek vakfoltjai. A páciens vakfoltjait a terapeuta jó esetben észreveszi és terápiás munka hatására láthatóvá, megoldozhatóvá, értelmezhetővé válnak. A terapeuta vakfoltjai már sokkal nehezebb helyzetet idézhetnek elő, hiszen megakadályozhatják a terápiás munka valódi és mély folyamatát. A terapeuta vakfoltjainak megismerésére mély és kitartó

önreflexióra van szükség és kellő bátorságra, amit a szupervízió és olykor új és komoly önismereti munkát igényel. Talán az a legnehezebb helyzet amikor a páciens és a terapeuta vakfoltja egybeesik, ez a terápiás munka teljes elcsúszásához vezethet. Mik lehetnek azok az intra- és interpszichés tényezők, amelyek ezt létrehozhatják? Előadásomban ezeket a tényezőket szeretném körbejárni és esetvignettákon keresztül bemutatni.

Bodnár Csilla: Illúziók(?) és párkapcsolat

„A gyerek születésétől fogva rendelkezik olyan képességekkel, melynek köszönhetően maga is hozzájárul saját fejlődéséhez, de a fejlődés ugyanakkor kezdettől fogva összjáték is.” (Dr. C. Molnár Emma, 1946-2016) Fejlődésnek tarthatjuk, ha a saját szükségleteinket, vágyainkat, céljainkat a közvetlen környezetünk és a társadalom számára is örömet adó módon tudjuk megvalósítani, objektívizálni. A párkapcsolat az a terület, ahol egy ötvözetben van a szeretés – függés, a jó vele – összetartozás és az erotikus kielégülést kereső vágyak együttese. (Szerelem vallás, Dr. C. Molnár Emma) Kielégítéséhez érett, felnőtt, autonóm, a másik és az önmaga „színpadán” is felelősséget vállalni tudó személyiségre van szükség. Klienseink sokszor ebben a témakörben pozitív vagy negatív „illúziókkal” érkeznek párkapcsolati elakadásukat felgöngyölíteni, kibogozni egy örömtelibb, megelégedettebb párkapcsolat reményében. A közös munka során azonban sok esetben kiderül, hogy tudattalan/nem tudatosult folyamatok és az ez által vezért cselekvésből újra és újra megélt tapasztalatok tartják fent a bemerevedett élethelyzetet, állapotot. Egy eset részleten keresztül, aktív-analitikus szemléletben vizsgálunk meg egy morális elakadást, mely háttérében egy tudattalan konfliktus áll a saját vágyak megvalósulási törekvése és a felnövekedés során kialakult merev, privát self okán. Az így kialakult szándékkettőség hozza létre az „illúziót”. Mintegy lebénítva a cselekvést. Ennek a morális elakadásnak a mielőbbi feltérképezése az aktív-analitikus terapeuta egyik fő feladata, mert: A tünet a hiányzó morált pótolja! -mondjuk. Ez képezi a terápia fókuszát, ami a terapeutát segíti az analitikus folyamatban. Ahogy Wilhelm Stekel (1868-

1940) orvos, analitikus mondaná, azt mutatja meg, hogy a kliensnek miről lehet vagy kell beszélnie a folyamat során.

Fehér András: Elviselhető-e a valóság a társadalom periferiáján

Az, hogy elviselhető-e az objektív valóság többségünk számára (ha ilyen egyáltalán létezik), nehéz kérdés. Hogy ez elviselhető-e valaki számára, akinek élete mély traumákkal terhelt, a társadalom kivetettjének érzi magát, és alapvető szükségletei kielégítéséhez minden nap meg kell szégyenülnie, talán könnyebben megválaszolható. Az előadás során olyan hajléktalan emberek terápiás történeteinek keresztül próbálom bemutatni az illúziók hasznát/működését, akik számára saját valóságuk olyannyira elviselhetetlen, hogy az abból való menekülés vagy annak átértelmezése életszükségletté vált. A 75 éves mániás depressziós hölgy évek óta tartó romantikus kalandja a fiatal amerikai ezredessel, az UFO-k által kontrollált skizofrén úr, a náci titkos ügynök, a bűneiért hajléktalanként vezeklő ügyvéd, a fiatalságát elengedni nem tudó alvilági könyvelő vagy Európa legjobb basszusgitárosa mind az illúziók mestere. Sokuk számára a hajléktalanság, a szociális ellátórendszer biztonságos búvóhely az elvárások, a traumák vagy a korábbi abúzus elől. Egyfajta menedék, tartó közeg melynek haszonélvezői, rabjai és elszenvetői egyszerre. Van, aki ide jön elbújni, van, aki ide jön meghalni, és van, aki ide jön megőrizni. A Máltai Szeretetszolgálat közösségi pszichiátriáján végzett egyéni és csoportos munkáim során szerzett tapasztalatokat foglalom, össze ebben az előadásban miközben arra keresem a választ, hogyan lehet az illúziókkal dolgozni, amikor a valóság elviselhetetlen.

Szél Erzsébet: Képekben elmesélve

Napjaink pszichoterápiás megközelítésében kiemelt szerep jut a módszerintegrációknak. Elképzelhető, hogy csupán illúzió az eltérő szemléletmód sikeres ötvözése, ugyanakkor visszatérő tapasztalat, hogy a különböző módszertani keretek végül nagyon hasonló folyamatokat ragadnak meg. A mentalizáció, a katathym képélmény és a mindfulness

közös célja az érzelemszabályzás és a differenciált szelf- és tárgyészlelés folyamatainak facilitálása.

Előadásom célja, hogy felhívjam a figyelmet a három módszer sajátosságaira és azonosságaira, hatékony integrációs lehetőségeikre. Első alkalommal mutatom be a mentalizáció alapú imaginatív terápia és a katathym képélmény integrált alkalmazásának tapasztalatait a terápiás folyamatban. A képek és mesék világának sajátos szimbólumrendszerében megvalósuló terápiás munka alapelve, hogy a társas és kötődési kapcsolatokban megélt tapasztalatok befolyásolják az egyén önmagáról alkotott elképzeléseit, énképét, és a sikeres kapcsolatok kulcsa a viselkedés megértésének mélysége, azaz a mentalizálás színvonala. A terápiás megközelítés pillére a relaxáció és a módosult tudatállapot alkalmazása, ami bizonyítottan hatékony stresszoldó technika, jól alkalmazható az érzelemszabályozás területén. A hívott képek és az alkalmazott mesék élményalapú módszerek, lehetőséget adnak a közösen megtapasztalt események kapcsán az érzelmek és a kogníció összekapcsolására, az egyéni különbségek tudatosítására, mások nézőpontjainak megismerésére. A tudatos jelenlét az élmények ítéletmentes elfogadását helyezi előtérbe. A mentalizáció alapú imaginatív terápia sajátos képeinek beemelése a katathym képélménybe újabb lépés lehet a sikeres módszerintegráció felé.

Nemes Flóra: Állatasszisztált terápiák – a terápiás kutyával kialakított gyógyító kapcsolat valóság vagy illúzió?

A kutyával, mint társállattal kialakított alapviszony valóságának megvizsgálásától indulunk. Górcső alá vesszük, hogy a domesztikációt kinek a szükséglete hívta életre. Egyáltalán valóságos-e a kapcsolatunk a kutyával.

Párhuzamba állítjuk a gondozó – gyermek és a kutya – ember kötődését, majd arra a kérdésre keressük a választ, hogy illúzió-e azt hinni, hogy terápiás kutya alkalmazásával újraírható, javítható, megváltoztatható az.

A kutyás terápia csoportos formában való alkalmazása mely klienscsoportok estében hozhat valódi gyógyulást.

Bepillantunk a kulisszák mögé – egy kutya-fóbiás fiú estén keresztül – amikor a valószínűleg hitt kapcsolat a gyógyító, valamint kitérünk a traumák jelenlétére, megnyilvánulási formáira a kutyás terápiában.