



Csoportok a terápián innen és túl



PROGRAM, ABSZTRAKTOK

A Magyar Személyközpontú Pszichoterápiás és Tanácsadási Egyesület éves konferenciája, 2019. május 24-25.

Károli Gáspár Református Egyetem, BTK, 1088 Budapest, Reviczky u.4.

2019. 05. 24. PÉNTEK

12.00 – 13.00 Regisztráció – jelentkezés a kiscsoportokra

13.00 – 14.30 Encounter nagycsoport – facilitátorok: Bajza Yvonne, Szummer Csaba

14.45 – 16.45 Encounter kiscsoportok – facilitátorok: Ajtay Gyöngyi, Bán Judit, Draskóczy Magda, Imre Gábor, Pataky Kriszta, Pintér Gábor, Rózsa Ildikó, Tóth Erika, Török Iván, Zumics Valéria

17.00 – 18.30 Encounter nagycsoport – facilitátorok: Bajza Yvonne, Szummer Csaba

A személyközpontú csoportokban saját élményként megtapasztalhatjuk a találkozások pillanatát „itt-és-most” helyzetben. Az első nagycsoport létrehozza a közösségi élményt, a kiscsoportokban mélyebb, közelebbi találkozásokat élhetünk meg, a záró nagycsoportban pedig feloldódhatunk újra a közösségi érzésben, immár szorosabb kapcsolatok birtokában. A facilitátorok non-direktíven hagyják kibontakozni a csoportfolyamatokat. Javasoljuk minden kedves résztvevőnknek, hogy vegyenek részt a pénteki találkozásokon, hogy szombaton már ismerősként, a közösség tagjaként érkezzenek az elméleti előadásokra és műhelyekre.

2019. 05. 25. SZOMBAT

09.00 – Regisztráció, jelentkezés a műhelyekre

PLENÁRIS ELŐADÁSOK 1. – üléselnök: Ajtay Gyöngyi

09.30 – 10.00 Tóth Erika: Két agyam van – részlet egy személyközpontú terápiás csoport életéből

E furcsa mondat munkahelyemen, egy nyílt csoportban hangzott el. A húszas évei elején járó fiatalember, aki hetekig meg sem szólalt a csoporton, ezzel a mondattal csatlakozott csoporttársa történetéhez. Szeretném megmutatni, hogy milyen egyéni-, és csoport folyamatok vezettek a címbe szereplő mondatig.

Dr. Tóth Erika, neurológus, pszichiáter, a Magyar Személyközpontú Pszichoterápiás és Tanácsadási Egyesület elnöke, kiképző személyközpontú pszichoterapeuta, SZTE Pszichiátriai Klinika, Szeged

10.00 – 10.30 Kovács Dóra: Ha nincsenek szavak az érzelmekre

Sifneos 1972-ban publikálta, azon észrevételét, hogy az általa tartott pszichoterápiás csoporton voltak olyan tagok, akik számára az érzelmek szinte értelmezhetetlenek. Később ezt az állapotot alexithymiának nevezte el, mely fogalomról azóta számos vizsgálat, tanulmány született. Előadásomban egyrészt az alexithymia szakirodalmát ismertetem, másrészt Szabó Magda: Az Őz című kisregény főhősének, Encsy Eszternek életén keresztül mutatom be az érzelmek felismerésének és megnevezésének fontosságát akár a terápiás munkában, akár saját életünkben.

Dr. Kovács Dóra, PhD, pszichiáter, kiképző személyközpontú pszichoterapeuta, egyetemi adjunktus, Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Budapest

10.30 – 11.00 Arday-Punczman Marita: Individuálpszichológia: individuum és/vagy közösség?

Előadásomban betekintést szeretnék adni az individuálpszichológia elméletébe és gyakorlatába, alapfogalmaiba és a személyközpontú megközelítéshez való viszonyába.

Kevesen tudják, hogy az individuál szó eredeti jelentése az in-dividere (oszthatatlan) kifejezésből származik, mely az adleri megközelítésben a személy egységes, oszthatatlan működésére utal, szemben a freudi hármassal. Mindebből számos gondolat ered az emberi működésre vonatkozóan, mely jelentősen megkönnyíti az ember viselkedésének, érzéseinek, gondolatainak megértését, céljainak feltárását. Freud és Jung mellett harmadik nagy irányzatként említik az Alfred Adler nevéhez fűződő individuálpszichológiát. Elmélete méltatlanul kevés figyelmet kap a hazai képzésekben, pedig a környezet (közösség) és az egyén (mint pszichodinamikai egység) együtt történő vizsgálatát, pszichoterápiás munkába történő egységes figyelembevételét elsőként leíró elméletalkotó volt.

Arday-Punczman Marita, klinikai-és tanácsadó szakpszichológus, IP tanácsadó, pszichoterapeuta jelölt, Zuglói Egészségügyi Szolgálat, Budapest

11.30-13.00 PLENÁRIS KEREKASZTAL

Bokor László, Sarungi Emőke (CSAKIT), Pintér Gábor, Tóth Erika (MASZKPTE), Rózsa Ildikó (moderátor): Csoportfolyamatok a módszereken innen és túl

Cél:a csoportanalitikus és a személyközpontú csoportok gyakorlati-technikai bemutatása.

Téma: hasonlóságok és különbségek, közös hatótényezők feltárása.

Forgatókönyv:

1. témafelvetés: a rövid bemutatás után a két módszer képviselői kifejtik álláspontjaikat a saját módszerükről, tényszerűen, az alábbi tematika mentén:
 - rövid bevezető a módszer eredetéről, magyarországi kezdeteiről,
 - bemeneti követelmény a csoporttagok számára (végzettség, első interjú, ennek keretei, kizárási feltételek),
 - keretek: vezetők száma, végzettsége, ülés hossz, ülés szám, szerződés, kezdeti instrukciók,
 - specifikus és nem specifikus hatótényezők szerepe, empátia, kongruencia, feltétel nélküli elfogadás kiemelten + módszerspecifikus technikák,
 - belátás/értelmezés kérdésköre.
2. zárt eszmecsere:
 - a két módszer képviselői hozzászólnak az elhangzottakhoz, majd egymás és a moderátor kérdéseire válaszolnak. Ebben a részben a nehéz helyzetek, acting-outok, keretszegések kezelése lesz a fókuszban.
3. nyílt eszmecsere:
 - a moderátor megnyitja a közönség felé a kerekasztalt. A közönség kérdéseket tehet fel, a kerekasztal résztvevői egyenlő arányban kapnak lehetőséget a válaszokra.
4. zárókör:
 - a résztvevő párosok reagálhatnak az egész folyamatra, a moderátor összegez.

Dr. Bokor László, pszichiáter, kiképző csoportanalitikus pszichoterapeuta, pszichoanalitikus pszichoterapeuta, Budapest

Dr. Sarungi Emőke, pszichiáter, kiképző csoportanalitikus pszichoterapeuta, Szeged

Dr. Pintér Gábor, klinikai szakpszichológus, kiképző személyközpontú pszichoterapeuta, kiképző pszichodráma pszichoterapeuta, Budapest

Dr. Tóth Erika, neurológus, pszichiáter, a Magyar Személyközpontú Pszichoterápiás és Tanácsadási Egyesület elnöke, kiképző személyközpontú pszichoterapeuta, Szeged, Szentes

Rózsa Ildikó, klinikai szakpszichológus, személyközpontú pszichoterapeuta, pszichoanalitikus kandidátus, Budapest

13.00 – 14.00 **EBÉDSZÜNET**

PLENÁRIS ELŐADÁS 2. – üléselnök: Draskóczy Magda, tolmács: Török Ágnes

14.00 – 15.30 **Peter F. Schmid: Orthodoxy? Mainstream? Evolution? Revolution? Is the PCA still a therapeutic and societal counter-model?**

Univ.Doiz. HSProf. Mag. Dr. Peter F. Schmid, co-operation with Carl Rogers in the 80's, founder of person-centered training in Austria (1969); co-founder of the World Association (WAPCEPC), the European Network (PCE Europe) and the two major international academic person-centered journals, PERSON and Person-Centered and Experiential Psychotherapies; teacher at several European and American universities in the fields of psychotherapy science and practical theology; APA's Carl Rogers Award 2009 "for outstanding contribution to the theory and practice of Humanistic Psychology".

Currently teaching at the University of Vienna and the Sigmund Freud University, Vienna (chair department for person-centered psychotherapy science, 2006-2014), trainer at the Institute for Person-Centered Studies (APG•IPS) and group psychotherapist in private practice. Author & co-editor of 26 books (latest: Handbook of PCT, 2013) & ca. 400 academic publications; main subjects: foundations of the PCA and anthropological, epistemological, ethical and societal issues of PCT.

Playwright (Person-Centered Trilogy, 1990-2000; FAUST III - The Third Part of the Tragedy, 2018) and director of the theatre company BRETTERHAUS.

Web: www.pfs-online.at, www.pca-online.net

15.45-17.15 **MŰHELYEK**

1. **Ajtay Gyöngyi: Személyközpontúan a klinikumban - esetismertetés**

Az esetismertetés során egy 59 éves, depressziós panaszokkal jelentkező női kliens személyközpontú pszichoterápiáját mutatom be.

Habár a szenvedésnyomást okozó panaszok kialakulása jól konceptualizálható mind pszichodinamikus, mind kognitív –sématerápiás, mind személyközpontú szemléletben, a terápia során tudatosan törekedtem arra, hogy a személyközpontú szemlélet alapelveit kövessem, hogy ne ötvözzem más módszertani elemekkel. Megtapasztaltam azt, hogy a rogersi terápia „szükséges feltételei” valóban „elégsek” a terápiás folyamatban. A terapeuta részéről a következő szükséges optimális feltételek teljesültek: az értő figyelem, a kliens feltétel nélküli elfogadása, a terápia bizonyos szakaszaiban a nondirektivitás, a hiteles empátiás visszajelzések. Ahogy a kliens önfeltárása mélyült úgy a kezdeti diffúz belső állapota egyre inkább differenciálódott, nehéz érzései megélhetővé, elfogadhatóvá, integrálhatóvá váltak.

Ajtay Gyöngyi, klinikai szakpszichológus, személyközpontú pszichoterapeuta, kognitív viselkedésterapeuta, Budapest

2. **Bak Rita: Biblioterápiás csoport**

A műhelyfoglalkozás során azt a kérdést járjuk körül, hogy egy közösségi pszichiátriai ellátást biztosító intézményben alakuló biblioterápiás csoportban milyen viszonyulások, csoportdinamika alakulhat ki, illetve vajon milyen módszerek hatásosak.

Az irodalomterápia (biblioterápia) művészetterápiás módszer, amely a személyiségfejlődést támogatja szövegek élményszintű felhasználásával. Szinte mindegyik alkalmazási terület célul tűzheti ki a kommunikációs készség, a problémamegoldó és kreatív gondolkodás, az empátia, a csapatmunka iránti fogékonyság valamint az önismeret fejlesztését. Konkrétabban a klinikai pszichológiában egy lehetséges célkitűzés lehet a rehabilitációs folyamat gyorsítása.

Az irodalmi alkotásokon keresztül az egyén közelebb kerül önmagához, meri megélni és felvállalni érzelmeit, oldódik a szorongása, új lehetőségekre lel saját életében.

A foglalkozások csoportban zajlanak, az összetétel minden alkalommal változhat, változtatott csoportról van szó.

A foglalkozásokon a művek élményszintű feldolgozása zajlik: az egyén annyit mutat meg magából, amennyit akar. A csoporttagok önként választhatnak, hogy beengednek-e másokat a személyes terükbe”és esetleg ők is betekintenek másokéba, így megérezhetik a közös élmény erejét: a csoportban végzett munka hatására a „feltépett sebek” gyorsabban gyógyulnak, a gócok intenzívebben semmisülnek meg és váratlan egyéni felismerések is szülehetnek.

Bak Rita, viselkedéselemző, művészetterapeuta

3. **Bálint Magdolna, Vikár Erzsébet: Személyközpontú témacsoport - Veszteségeink**

Mindannyiunknak vannak veszteségei. A személyközpontú témacsoport kísérlet a veszteségeinkkel való találkozásra. Hogy hogyan élünk az alkalom lehetőségével, azt a jelenlévők együtt alakítják ki.

Bálint Magdolna, mentálhigiénés szakember, Rogers Központ Alapítvány, Budapest

Vikár Erzsébet, mentálhigiénés segítő jelölt, Gyászfeldolgozás Módszer® Specialista, Budapest

4. **Mohos Tibor: A nehéz páciens**

A workshop klinikai példákon keresztül a korábban sok-sok diagnózissal ellátott, páciens halmaz újradefiniálására tesz kísérletet, az atípusosnak elnevezett csoport terápiájával szerzett tapasztalatokat foglalja össze, interaktív módon.

Az autizmus spektrum zavar, a figyelemzavar (hiperaktivitással vagy anélkül), a bipoláris zavar, a szkizofrénia közös genetikai eredetével kapcsolatban gyűlnek a tudományos bizonyítékok. Ezen kórformák enyhe alakjai klinikailag sok átfedést mutatnak egymással. Indokolt lehet ennek a betegcsoportnak egységes kezelése (nehéz páciensek, atípusos páciensek) és a kezelés közös alapelveinek a kialakítása (atípusos terápia).

Az atípusos páciensek jellemzői:

Intellektusuk magas, de az egyes részterületek között nagy különbségeket lehet kimutatni. Életteljesítményük képességeik alatti. Kreatívak, de szociálisan ügyetlenek, rosszul mentalizálnak. A végrehajtó funkció sokszor zavart. Jellemző a dependens kötődési minta bizarr élettörténeti események és viselkedés. Önértékelésük extrém módon alacsony. Jellemző, hogy korábban több pszichoterápiás próbálkozásuk volt. Sokféle diagnózist kaptak, a fenti dg.-k mellett: depresszió, személyiségzavarok (borderline, skizotíp, skizoid, túlérzékeny nárcisztikus, paranoid, kényszeres, elkerülő, dependens). A hagyományos pszichoterápiák kevésbé hatásosak, a terápiából könnyen kilépnek.

A terápia alapja személyközpontú megközelítés kell hogy legyen, ennek a páciens körnek megfelelő módosításokkal.

Az atípusos páciensek terápiájának jellemzői:

A feltétel nélküli elfogadás és a pozitív terápiás attitűd különösen fontos, az elfogadás hangsúlyosabb, mint a változás. Ezek a páciensek igénylik a nagyon konkrét tanácsokat.

A részképességzavarok felmérése és tudatosítása fontos segítség az önértékelés javításában.

Fontos értelmezési keret lehet számukra az atípusos-neurotípusos elkülönítés. Ez segít a gyermekkori traumák feldolgozásában, párválasztásban, maladaptív beilleszkedési stratégiák eliminálásában.

Dr. Mohos Tibor, kognitív viselkedésterapeuta, Napkör Alapítvány, Budapest

5. Molnár L. Simon: Az elég jó facilitátor

A műhelynek nem célja evidenciákat lefektetni, sokkal inkább egy párbeszélgetés facilitálása a résztvevők között az egymástól eltérő tapasztalatokról, gondolatokról. Bízva abban a folyamatban, hogy a műhely végére mindenkiben gazdagabb lesz a személyközpontú encounter csoporthoz kapcsolódóan „az elég jó facilitátor”-ról kialakított kép.

Fókuszba kerülhetnek ezek a témák:

- Mit facilitál a facilitátor?
- A facilitátor személyként vagy szakértőként van jelen?
- Mennyire törekedjen a facilitátor a saját érzelmeinek őszinte kifejezésére?
- Mikor „sok” és mikor „kevés” a facilitátor?
- Mi van a hatalommal az encounter csoportban?
- Mit gondolunk az egyenrangúságról?
- A biztonságot válasszuk vagy inkább a szabadságot? Mi a jó arány? Lehet-e mindkettő egyszerre? Ki dönti el, melyikből kell több?

Azok a témák, dilemmák, kérdések biztosan középpontba kerülnek majd, melyek a műhely résztvevőit foglalkoztatják.

Molnár L. Simon: személyközpontú facilitátor, Rogers Központ Alapítvány, Budapest

17.30 – 17.50 **PLENÁRIS ZÁRÁS**– vezető: **Rózsa Ildikó**

Rózsa Ildikó, klinikai szakpszichológus, személyközpontú pszichoterapeuta, pszichoanalitikus kandidátus, Semmelweis Egyetem, Neurológiai Klinika, Budapest