

**Arany Zoltán, Berényi Rita, Besenyei György, Bojti István, Frankó András, Geist Klára,
Mészáros Krisztina**

MCSE gyakorlati képzést vezető családterapeuták

Lenni vagy nem lenni....ez itt a kérdés?

2021. április 17., szombat 12:40 - 13:10

workshop 3.

"Csak az tud adni, aki kapott." avagy hogyan vál(t)unk családterapeutává? A pandémia paranormatív krízise tavaly nem tette lehetővé a téma megvitatását. A segítő módszerek, azon belül a családterápia, családkonzultáció oktatását is kénytelenek voltunk áthelyezni az online térbe. Mit veszített illetve mit nyert a kényszer szülte helyzetben a jelölt, a képző és a kliens?

Családterapeutává, családi tanácsadóvá, családkonzulensé válni több éves folyamat, melyben az i-re a pontot a záróvizsga teszi fel. Vagy mégsem? Sokan kezdik el az elméleti képzésünket, ám a gyakorlat előtt megtorpannak. S vannak, akik reményeink szerint szupervíziós segítséggel, de záróvizsga hiányában, évek óta "jelöltként" gyakorolnak. A gyakorlat terepe az esetek döntő többségében nem a jelölt munkahelyén van. Vajon a családterapeuta, családkonzulens, családi tanácsadó jelölt szakmai identitásának megszilárdulásához milyen tényezők járulnak hozzá, ezek között pl. miképpen járul hozzá, ki a gyakorlati vezetője? Vajon az online tér mennyire alkalmas családterápia, családkonzultáció végzésére, illetve a pszichoterápiás módszer oktatására, különös figyelemmel a gyakorlati kompetenciák elsajátítására?

Kíváncsiak voltunk a tagság véleményére , interaktív workshopunkon számítunk a résztvevők aktív közreműködésére!

Balázs Nóra Orsolya, Országos Mentőszolgálat, Budapest;
Kovács Petra, Országos Mentőszolgálat, Pécs

Család- és párterápiával a mentődolgozók kiégése ellen

2021. április 17., szombat 10:50 - 11:20

előadásszekció 2.

2020 novemberében család- és párterápiás lehetőséget hirdettünk az Országos Mentőszolgálatnál annak érdekében, hogy bővítsük a mentődolgozók egyéni megküzdési repertoárját, segítsük a munka-magánélet egyensúly megtalálását, és csökkentsük a kiégés veszélyét a jelenlegi, elhúzódó krízishelyzetben.

A frontvonalban dolgozók lélektani működés módját korábban több alkalommal is vizsgáltuk interjúk és kérdőívek segítségével, az eredmények pedig felhívták a figyelmet arra, hogy a sürgősségi helyzetekben adekvát érzelmszabályozási mechanizmusok negatív hatással lehetnek a családon belüli kapcsolatokra. A járványhelyzet fokozódásával a 2020 márciusában indított kérdőíves felméréssorozatunk eredményeiből, valamint a bajtársak személyes visszajelzéseiből egyértelművé vált, hogy a terhek és feszültségek gyakran a családon, párkapcsolatokon csapódnak le.

Előadásunkban bemutatjuk az Országos Mentőszolgálatnál végzett család- és párterápiás ellátás működését és kereteit, és esetrészleteken keresztül világítjuk meg, hogyan jelennek meg a speciális érzelmszabályozási mechanizmusok a párterápiás üléseken.

Balogh Klára

Pszichoszomatikus magánrendelő, Debrecen

Hogyan, mikor használok a gyakorlatban Böszörményi-Nagy Iván adófőkönyv elméletét

2021. április 17., szombat 12:40 - 13:10

előadásszekció 3.

Böszörményi-Nagy Iván adófőkönyv elmélete szerint egy kapcsolat akkor "igazságos", kiegyensúlyozott, ha hosszútávon az adás-kapás mindkét fél részéről egyensúlyban van. Aszimmetrikus, pl. szülő-gyermek kapcsolatban nem lehet teljesen kiegyenlített, de itt is fontos, hogy a gyermek tudjon törleszteni a szüleitől kapott életéért, és felszabadultságot nyerjen, jogosultságot kapjon a saját életére. Szimmetrikus kapcsolatokban pl. párok kapcsolatban viszont feltétele a harmonikus kapcsolatnak az arányos adás-kapás. Tehát nem elég az adás képessége, kapni is tudni kell, elismerni, bekönyvelni azt, amit a másik adott. Az elismert adással érdemeket szerez a partner, ami növelheti önbecsülését a kapcsolaton belül. Ha sérül a kapcsolati adófőkönyv, adósság keletkezik vagy az adásban, vagy a kapásban. Ez az adósság nem csak az adott kapcsolatot rombolhatja, hanem áttevéődhet más, horizontális kapcsolatokra, vagy generációkon át görgethetik a családok, tudattalanul megterhelve egyes családtagokat. Család- és párterápiákban jelentős változást hozhat ennek a folyamatnak a feltárása, megértése, rendezése.

A terápiás gyakorlatomban ehhez általam használt intervenciók technikák: szülők elmondják a kiskorú gyermekeiknek az ülésen, terápiás levél még élő vagy meghalt családtagnak, üres szék módszere, „mérlegelés” szimbólumokkal, új „házassági szerződés” megírása.

Milyen esetekben használok: örökbefogadás, triangulált gyermek, rögzült áldozat szerep, elakadt gyász, megszakadt kapcsolatok, párok kapcsolati kiégés.

Előadásomban esetvinyettákkal szeretném bemutatni hogyan hatnak a felsorolt technikák a kapcsolatokra.

Barát Katalin

Rókus Kórház, Budapest

Az EFT és a Kontextuális irányzat integrálási lehetősége a párterápiában

2021. április 17., szombat 11:50 -12:20

előadásszekció 1.

Az EFT és a kontextuális irányzat gyakorlata mögött húzódó elméleti alap meglepően sok hasonlóságot mutat.

Mindkét irányzat központi fogalma a bizalom, a dialógus, a hiteles kapcsolat, a kölcsönös gondoskodás. A hasonlóságok, de a létező különbségek is felvetik az integráció lehetőségét. Az EFT elsősorban a jelennel foglalkozik, a múlttal csak annyiban, amennyiben a felmerülő primer érzések kapcsolódnak múltbeli eseményekhez. A kontextuális irányzat transzgenerációs szemléletű, a generációkon keresztül átívelő lojalitás viszonyokat, a kapcsolati egyensúlytalanságot az elszenvedett méltánytalanságot helyezi a terápia fókuszába. A két irányzat integrált alkalmazása során az EFT második szakaszában, mikor hangsúlyosabb az egyéni munka, a kontextuális irányzat legfontosabb intervencióját, a többirányú részrehajlást alkalmazva a terapeuta felméri, elismeri és hitelesíti a negatív és destruktív jogosultságból fakadó érzéseket, cselekedeteket, és ezek jelentőségét, hatását a jelen párkapcsolatra. A terápiának ez a szakasza előkészíti, hatékonyabbá teszi az EFT legfontosabb intervencióját, a megjelenítést.

Az előadásban esetrészlettel illusztrálom az integráció kísérletét.

kontextuális irányzat,-érzelmekre fókuszáló párterápia,-integrációs lehetőség

Bátki Anna

ELTE, Budapest

Láthatatlan családtagok – láthatatlan lojalítások

2021. április 17., szombat 9:45 -10:30

plenáris előadás 6

Böszörményi-Nagy Iván korán felismerte, hogy az elméletének egyik sarokkövéként megfogalmazott lojalítás koncepciónak sajátos jelentősége van örökbefogadó családok esetében. Az elmúlt egy-két évtizedben ugyanakkor olyan új társadalmi és medikális-biológiai lehetőségek (ivarsejt- és embrió-donáció, bérnyaság) jelentek meg, melyek alapjaiban készítetnek újra-gondolni a családok és a családterápiaterápia fogalomtárát és konceptuális kereteit.

Előadásomban emellett érvelek, hogy a láthatatlan lojalítások elmélete releváns segítséget jelent ezen radikális új fejlemények klinikai következményeinek értelmezésében is.

Hogyan alakul tehát a lojalítások és láthatatlan lojalítások szövevénye azokban a családokban, ahol a gyerekek genetikai szülei ismeretlenek?

Hogyan tudjuk mi, családokkal foglalkozó szakemberek újraértelmezni és új tartalmakkal megtölteni régi fogalmainkat (szülő, rokon, családtag, hozzátartozó stb.) és eligazodni a folyamatosan és gyorsan változó orvosi-, jogi, és társadalmi kontextusban? És hogyan tudjuk mindebben segíteni a hozzánk forduló családokat?Előadásomban ezen dilemmák a fényében, esetrészletekkel és példákkal illusztrálva tekintem át az örökbefogadó családok és ivarsejt- illetve embrió-donáció révén született családok hasonlóságait és különbségeit.

Besenyei György, Hendrich Barbara, Mezei Noémi, Kardos Rita, Lenhardt Anita

Sorsfordító Műhely, Budapest

A szexuális igények jogosultsága elköteleződött párkapcsolatokban

2021. április 17., szombat 15:00 - 16:30

workshop 5.

A párkapcsolatban élők szexuális aktivitása az együtt töltött évek múlásával jelentős eltérést mutathat. Szexuális igényüket az emberek általában személyiségük immanens tulajdonságaként definiálják. Éppen ezért azt megváltoztathatatlan tulajdonságnak tartják.

Felvetődik a kérdés: kinek a vágyát jogosult kielégíteni a másik fél? Kiterjed-e a párkapcsolati méltányosság a szexuális igények elfogadására is? Helyreállítható-e az egyensúly anélkül, hogy önzőnek és kirekesztőnek érezzék a másik igényét? Az elköteleződöttségnek mennyire képezi részét a méltányosság kiterjesztése a szexuális igények kielégítésére?

A kontextuális megközelítés segítségével keressük közösen a választ a Sorsfordító Műhely terapeutáinak aktív közreműködésével. Esetvignetták segítségével bemutatjuk azokat a terápiákat, melyekben megjelennek azok a kritikus helyzetek, ahol szembe találjuk magunkat azokkal a szociokulturális különbségekkel, melyek a párok között, illetve a terapeuták és a kliensek között felvetődhetnek ebben a kérdéskörben. Ezekre a dilemmákra kérünk reakciót a velünk dolgozó résztvevőktől.

Bokor László

A családterápia online kihívásai

2021. április 17., szombat 9:00 - 9:45

plenáris előadás 5

A távkommunikáció, az erre épülő telemedicina, valamint a távpszichoterápia jelentősége ugrás szerűen megnövekedett a pandémia elmúlt éve alatt. Alkalmazásába gyorsan, nem egyszer 1-2 nap alatt kellett legtöbbszörünknek begyakorolni magunkat. A technika alkalmazása valamilyen mértékben, formában bizonyára velünk marad a járvány lecsengése után is. Megkerülhetetlen kérdés lesz, hogy a távterápia alkalmazásának mik a módjai, és mikor hasznos, vagyis mikor igen, mikor nem, kinek igen, kinek nem?

A személyesről távterápiára váltani megterhelővé válhat még a távterápiában jártas terapeuta számára is, mert minden egyes páciensét meg kell tanulnia online is. Aki az első hullámban kezdte azzal szembesülhetett, hogy a pszichoterápiás képzettség nem biztosít automatikusan távterápiás jártasságot.

A pszichoterápiák közül „előnyben” vannak a távterápia alkalmazásában azok, amelyek egyéni és szemtől-szembe helyzetben történnek, valamint verbális hangsúlyúak, például kognitív terápia, és nehezedik a helyzet, ha a szetting többszemélyes és a verbális szint inkább háttérben van, például pszichodráma. A családterápia vajon hol helyezkedik el e spektrumon?

A válasz keresés szempontjait szeretném a teljesség igénye nélkül, áttekinteni, kiemelve a távterápiás szetting specifikumait, az indikáció szempontjait, valamint a családterápiás módszer formai és dinamikai elemeinek távterápiában specifikus sajátosságait. Ilyen specifikus kérdés például, hogy online családterápiában kik lehetnek online és kik offline?

Börzsei Borbála, Ferencz Éva, Kigyóssy-Bózsó Andrea, Kigyóssy Örs, Somsák Zsuzsa, Török Szabolcs

Kétlgen Alapítvány (ketigen.com), Budapest

Lehet-e tanulni a kapcsolatot? - egy rendszerszemléletű, preventív, párkapcsolati alapozó program online és offline tapasztalatai

2021. április 17., szombat 15:00 - 16:30

workshop 4.

Hogyan támogatjuk az elköteleződés útján elindult párokat? Tudunk-e olyan útravalót adni nekik, ami segítséget nyújthat későbbi krízisek és nehéz időszakok esetén? Hogyan dolgoztunk a párokkal a programjaink során? Milyen hasonlóságok és milyen különbségek lehetnek egy terápiás helyzet és egy párkapcsolat-gazdagító műhely között? Mikor indokolt párterápiába delegálni a résztvevőket és működhet ez az út mindkét irányba? Az offline találkozókkal összehasonlítva milyen tapasztalatokat szereztünk az online alkalmak alatt?

Hét alkalmas párkapcsolat-gazdagító műhelyünkön minden alkalommal egy-egy előadással, majd mentorpárok kísérése mellett egyéni/páros/kiscsoportos műhelymunkával járjuk körül azokat a témákat, amelyről minden párnak érdemes beszélgetni. A hét téma: 1) család, ahonnan jövök; 2) személyiség; 3) kommunikáció; 4) konfliktuskezelés; 5) intimitás; 6) pénz, idő, szerepek; 7) célok, elköteleződés.

A témák vázlatának összeállításakor erősen támaszkodtunk a Gottmann Institute és Sue Johnson kutatásaira illetve az USA-ban szakmai konszenzussal létrejött National Extension Relationship and Marriage Education Modelre (NERMEM). A műhelyeink fejlesztésének és megvalósításának folyamatát, eredményeit, dilemmáit tárjuk a résztvevők elé és hívjuk őket közös gondolkodásra a workshop keretei között. Interaktív formában szeretnénk ízelítőt adni a műhelymunkából!

A Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézetével együttműködésben készült el a program hatásvizsgálatának kutatási terve, a workshopon az előzetes eredményekről és a tervezett nagy elemszámú longitudinális kutatás részleteiről is beszámolunk.

Catherine Ducommun-Nagy, M.D.

Drexel Egyetemen, Philadelphia, USA

Mit hozhat számunkra a Kontextuális terápia a következő évtizedekre?

2021. április 16., péntek 15:40 - 16:40

plenáris előadás 3

A globalizáció következtében egyre nagyobb az egymásra utaltságunk, még akkor is, ha soha nem találkozunk azokkal, akiknek az élete és döntései hatással vannak a miénkre. Minthogy a sorsunk a bolygó lakóiként ilyen mértékben összefonódik, logikus lenne, hogy a közös felelősség és az általános szolidaritás irányába induljunk. De amit látunk, az ennek az ellenkezője. A társadalmaink az izoláció és a xenofóbia felé sodródnak, amiért hosszú távon nagy árat kell fizetnünk.

Az előadásban ezt a jelenséget a családi és csoportlojalítások nézőpontjából vizsgáljuk meg. Véleményünk szerint ugyan ezek a lojalítások akadályát képezhetik a csoportok közti együttműködésnek, egyfajta erőforrások is, amik lehetővé teszik, hogy fejlesszük a rezilienciánkat és növeljük annak az esélyét, hogy sikeresen nézzünk szembe az elkerülhetetlen változásokkal.

Deák Nóra, Erdélyi Viktor, Ágacska Alapítvány, Budapest

Schmidt Orsolya, Vadaskert Gyermek- és Ifjúságpszichiátriai Kórház és Szakambulancia, Budapest

Sümege Réka Tünde, PMPSZ Gyáli Tagintézménye, Gyál

Szőcs Enikő, Katolikus Karitás – RÉV Szenvedél

Hátrányos helyzetű családokkal folytatott családterápia a koronavírus idején

2021. április 17., szombat 12:40 - 14:10

esetismertetés 2.

Az utóbbi hónapokban, a koronavírus-járvány időszakában a hátrányos helyzetű, rászoruló családok helyzete még kilátástalanabb lett. A sokszor pszichés problémákkal is küzdő családtagok még kiszolgáltatottabbakká váltak, hiszen az ellátó rendszerek működése alapjaiban véve megváltozott: általánossá vált a személyes kapcsolatok csökkenése, illetve az egészségügyi és oktatási rendszert érő egyre nagyobb nyomás. Az emelkedett mértékű stressz nagy hatással van a családok működésére, a családtagok pszichológiai jóllétére.

Előadásunkban saját terápiás tapasztalatokon keresztül mutatjuk be azokat a hatásokat, változásokat, melyek a járvány időszakában érhetik a hátrányos helyzetű családokat. A sokproblémás családokkal való munka során számos kérdés, nehézség vetődik fel: az együttműködés módjai a családokat segítő más szakemberekkel, intézményekkel; a családtagok egymástól eltérő motivációs szintje; a családok korlátozott anyagi lehetőségei és a járvány időszakában beszűkült kapcsolati hálója.

Farkas Attila, *Korábban Érkeztem Alapítvány;*

Jalekné Dr. Rózsavölgyi Katalin, *Korábban Érkeztem Alapítvány; Monostori Dóra, Korábban Érkeztem Alapítvány*

Család, apák, társadalmi regresszió: reziliencia és koraszülés

2021. április 17., szombat 11:20 -11:50

előadásszekció 2.

A koraszülés pszichés hatásairól, a szülők ellátásba vonásáról egyre több szó esik mostanság, a szülői tevékenységet akár limitálni is képes „utóéletéről” már jóval kevesebb. Sok esetben beszélhetünk akár a BNO-10 besorolás szerinti „súlyos stressz által kiváltott reakciókról és alkalmazkodási zavarokról”, amelyek sokszor az apákat is érintik.

Mindeközben az apaszerep is markánsan átalakul. A bevonódó-résztevő apák irányába tolódik a társadalmi diskurzus és a hozzákapcsolódó kimondott és kimondatlan elvárásrendszer. Ez a komplex jelenség a család ökoszisztémájába hasonlóan ágyazódik be, mint ahogy a család nyitott rendszerként a társadalomba, amelyre most, Bowen szavaival élve, különösen jellemző a társadalmi regresszió.

A Korábban Érkeztem Alapítvány a "Mentorházak és mentorhálózat kialakítása koraszülöttek és családjaik számára a Dél-Alföld Régióban"- EFOP-1.2.10-16-2016-00002 projekt keretében kezdett el fókuszálni a koraszülésben érintett apákra. Eddigi munkánk tapasztalatairól adunk röviden számot: egy kisléptékű családterápiás ihletettséggű megismerő kutatásról, valamint a koraszülő családokat, apákat is érintő támogató családterápiás, egyéni, közösségi munkánkról, valamint ezek tapasztalatairól. A cél minden esetben hasonló: az érintettek rezilienciájának támogatása.

Fodorné Ablonczy Margit

KRE HTK, Budapest

Megbízatus és örökség, avagy küldetés és hagyaték

2021. április 17., szombat 13:10 -13:40

előadásszekció 3.

Böszörményi-Nagy Iván több olyan fogalmat vezetett be családterápiás szemléletmódjába, melyet a relacionális etika negyedik dimenziójában érthetünk igazán jól. Ilyen fogalompár a delegacy-legacy, melyet magyarra nem lehet ilyen könnyedséggel lefordítani.

Mégis ahogy a családunk történetében a múlt jelentőségét keressük megérthetjük, hogy vannak erős családi elvárások, melyek a nevelést meghatározzák. Mit lehet tenni egy ilyen családi küldetéssel (delegacy)? Nagy jelentősége van ebben a szülők és gyermekek, sőt a szülők és nagyszülők közötti kapcsolatok kiegyensúlyozásának. Transzgenerációs küldetesként, megbízatásként továbbadónak a személyes és kapcsolati hiányok, a beteljesületlen elvárások nemzedékről nemzedékre. Ezekben a helyzetekben a szülők érdeke a gyermek érdeke fölé kerekedik, s így a parentifikálódott gyermekek erősen megszenvedik szüleik jogosulatlan követeléseit. Hogyan válhat hagyatékká a küldetés, egyszerű örökséggé (legacy), mely már nem teher, mely inkább megkönnyíti a következő nemzedék életlehetőségeit? Melyik generációnak mi a lehetősége és feladata, hogy kiválogassa az örökségből, ami " pozitív, felhatalmazó hozzájárulás", s ami a jövődőt szolgálja?

Hajdú Judit

magánrendelés, Budapest

Meg akarom ölni! - kényszergondolatok egy szeretettel teli párkapcsolatban

2021. április 17., szombat 11:35 -12:20

esetismertetés 1.

Anikó és Péter Németországban találkoztak, ahol ugyanabban a városban és hasonló munkakörben dolgoztak. Az azonos érdeklődés, a természet és a sport szeretete hamar összehozta a fiatalokat, és másfél éves együttjárás után úgy döntöttek, összekötik az életüket. Nem sokkal korábban azonban Anikót újra meglepték az agresszív kényszergondolatok, amellyel korábban küzdött. Ezek most különösen félelmetesek voltak, mivel átköltöztek a Péterre, akivel szerelemben éltek. A gondolatok a legszebb pillanataikat tudták megmérgezni, és mindkettőjükénél büntudathoz vezettek. Anikó terapeutája párterápiát javasolt, így ismerkedhettem meg a házaspárral egy online platformon. A nyolc hónapig tartó terápia narratív szemléletben folyt.

A párterápia történetének egyes szakaszainál megállunk, és a Zoom kiscsoportos funkciójának segítségével feltérképezzük az elképzelhető terápiás irányokat.

Hammer Zsuzsanna, Iring Zoltán

Kapcsolat Tanácsadás, Budapest

Rendhagyó családterápiák

2021. április 17., szombat 12:40 - 14:10

workshop 2.

Nem egyszerű vállalkozás, ha a család fogalmát szeretnénk úgy meghatározni, hogy minden családtípusra érvényes definíciót kapjunk. A család munkadefiníciója lényegesen egyszerűbb feladat: család azon tagoknak az összessége, akik egy fedél alatt élnek, azaz akik közvetlenül és cirkulárisan hatással vannak egymásra. Ha így gondolkodunk, akkor általában a családterápiára a rendszer azon tagjait hívjuk meg, akik egy lakásban/házban élnek. Mi van azonban azokkal a családokkal, akiknek a tagjai már fizikailag nincsenek ennyire közel egymáshoz, esetleg már saját családjuk is van, mégis intenzíven meghatározzák egymás érzéseit, gondolatait, döntéseit? Őket hová soroljuk? A családterápia szempontjából mindenképpen a rendhagyó családok nevet tartanánk elfogadhatónak.

A pandémia sokféle változást hoz az életünkbe és a munkánkba egyaránt. A terápiára jelentkező családok tekintetében nemcsak azt tapasztaljuk, hogy nagy az igény a terápiás segítségkérésre, hanem azt is, hogy egyre több rendhagyó család kér segítséget, azaz olyan családtagok akik már felnőttek, nem élnek egy fedél alatt, de intenzíven befolyásolják egymás életét. A rendhagyó családok testvérkapcsolatait és szülő-gyermek kapcsolatait jelentős mértékben meghatározza és megakasztja a túlzott lojalitás, illetve a lojalitáskonfliktus érzése.

A kiképző terapeuta-páros olyan rendhagyó családok közösen vezetett terápiáiról számol be, akiknél a múltbeli traumák feldolgozatlansága, az igazságtalanság és a méltánytalanság érzései alakítják a jelenben meglévő adok-kapok kapcsolati egyensúlyt vagy egyensúlytalanságot.

Hanneke Meulink-Korf

Böszörményi-Nagy Iván öröksége: a csapdahelyzetek tudatában

2021. április 16., péntek 14:40 - 15:25

plenáris előadás 2

Böszörményi-Nagy Iván munkásságában visszaköszönni láthatjuk Martin Buber gondolatait: az etikus alapállás nem valamilyen különleges léthelyzet, hanem az emberi világ inherens része. Böszörményi-Nagy különbséget tesz az etika és az erkölcsi értékek között. Számára az etika nem vallási meggyőződésen, vagy ehhez hasonlóan alapul. Ahogyan Buber és Maurice Friedman is, úgy véli, hogy az etika elsődleges vezérlő erő. Az emberi találkozás – találkozzom valakivel, aki keresztezi a terveimet, vágyaimat, elképzeléseimet - az etikai esemény par excellence esete. Az erkölcsi értékek ezzel szemben valamilyen szabályrendszer részei, melyeket egy adott, azonos életszemléletű csoport fogad el. Nem rosszak, de teljesen más szinten léteznek.

Böszörményi-Nagy ugyan nem részletezi ezt a gondolatot, de egyértelművé teszi, hogy a kapcsolati etika kritikai fényt vet az erkölcsi értékekre.

A fentiek jól példázzák azt, amiként én magam Böszörményi-Nagy munkáit tanulmányozom. Fennáll annak a veszélye, hogy túlhangsúlyozom Böszörményi-Nagy kapcsolatát mások, elsődlegesen Buber munkásságával.

Tényszerűen annak a veszélye, hogy ha kizárólagosan a buberi dialogikus találkozással való kapcsolatot emelem ki, nem tudom megragadni a kontextuális terápia, mint terápia teljes tartalmát. Az, hogy tudtában legyünk ennek a veszélynek (a családok kapcsolati komplexitásának bizonyos mértékig figyelmen kívül hagyása), nem csak az elmélet alkotás hanem a gyakorlat szempontjából is lényeges.

Előadásomban egy tág, de specifikus nézőpontot adok arra, mi is a jó terápia, megfogalmazom a szociális (beleértve a pasztorális) munka iránti igényt, Böszörményi-Nagy kontextuális terápiajének mentén.

Mindezt egy eset rövid ismertetésével magyarázom el.

Előadás elsődleges forrása a hála, és kitérek arra, hogy ez számomra mit jelent: nem reprodukció, hanem önkritikában és indíttatásban megnyilvánuló örökség.

Hardy Júlia, Mácsai Bálint

Thyris Pszichoterápiás Központ, Budapest

Egy család háromszoros fénytörésben

2021. április 17., szombat 16:30 - 17:00

esetismertetés 3.

A Thyris Központ teamje lehetővé teszi a szakmai együttműködést más kollégákkal is. Így, a párterápia után, eleget tudtunk tenni az egyéni terápia igényének a Covid-járvány által felerősödött szorongásos-fóbiás panaszok okán. A testi épségért való aggodás mögött el nem gyászolt veszteségek és egy mély párválasztási bizonytalanság húzódott meg. Amikor a pár középső gyermekén is megjelentek a megmagyarázhatatlan szorongásos panaszok, akkor az 5 éves kislány részére gyerekerápiát ajánlottuk fel. Ennek tanulságai érdekes lenyomatai egy család alapidilemmáinak rajzok és tesztek fényében. Igazolja John Byng-Hall gondolatát: a család élete a gyermekek színpadán zajlik.

Horváth Rita

Új Föld Alapítvány, Budapest

Az eltolódott életciklusváltáshoz kapcsolódó nehézségek és a terápiás folyamat sajátosságai egy termékenységi nehézségekkel küzdő pár terápiájában

2021. április 17., szombat 10:50 -11:35

esetismertetés 1.

Esetem egy termékenységi nehézségekkel küzdő pár terápiája, melynek bemutatásakor az alábbi szakmai szempontokat emelem ki:

A terápiás folyamat az orvosi beavatkozások miatt szaggatott, a terapeutának úgy kell megtartania a párt, s a biztonságos kötődést megteremtenie, hogy a folyamat kereteit külső tényezők befolyásolják. Az beavatkozások megkövetelik a terapeuta folyamatos rugalmas alkalmazkodását a keretek alakításában, ugyanakkor fokozott hangsúlyt kap a támogatás a terápiás munkában. A szupportív és pszichoedukatív munka folyamatosan jelen van a pszichés sérülékenységet és az intrapszichés valamint kötődési vonatkozásokat feltáró munka mellett.

Amikor nem jön a várt gyermekáldás, nincs, ami mozgósítaná a következő fejlődési fázist, a életciklusváltás eltolódik, s a pár tagjai más szerepkörökben is gyakran megrekednek. Mi a terapeuta feladata a párkapcsolati fejlődésben akkor, amikor az élet nem hozza azokat a kihívásokat, új feladatokat, amik a fejlődést facilitálnák?

Kékes-Szabó Marietta

SZTE ÁOK Onkoterápiás Klinika (Pszicho-onkológiai Ambulancia), Szeged

Daganatos beteg a családban

2021. április 17., szombat 11:50 -12:20

előadásszekció 2.

A rosszindulatú daganatos betegség - a fejlődő terápiák okán - napjainkban nem halálosnak, inkább krónikus lefolyásúnak számít, amivel együtt élni nem csak a páciens, de családja számára is komoly erőpróbát jelent. A diagnózissal való szembesülés valójában pszichotrauma, ami kezdetektől az érzelmek és az életmód jelentős változását hozza magával. A beteg által betöltött szerepek köre beszűkül, a családtagok pedig olyan feladatkörökben kell, hogy megállják helyüket, amelyek számukra idegenek, avagy a velük járó felelősségvállalás problematikusnak hat. A korábbiakban megszokott rend felborulása ráadásul gyakran konfliktusok forrásává lesz. Szomorúság, harag, büntudat és csalódás törhetnek a felszínre, amelyek mély szakadékot ásnak az érintettek közé. Rendkívül fontos tehát, hogy a felek egymással nyíltan kommunikáljanak érzelmeikről és gondolataikról, továbbá kifejezésre juttassák szükségleteiket, igényeiket. A családi kohézió, összefogás és egymás segítése ugyanis ezek révén tud hatékonyabban megvalósulni. Prezentációmban a betegek és családjuk onkopszichológiai szempontú támogatásának lehetőségeiről kívánok áttekintést nyújtani, egy-egy esetpéldával megtámogatva az elhangzottakat.

Kiss Jenő

Protestáns Teológiai Intézet, Kolozsvár

Az egzisztenciális véték, illetve az egzisztenciális adósság fogalma és jelentősége a kontextuális szemléletben, terápiában és lelkipozásban

2021. április 16., péntek 16:55 - 17:40

plenáris előadás 4

Az előadás rámutat az egzisztenciális véték, illetve adósság képzetének vallásfilozófiai gyökereire, és körvonalazza azok jelentéstartalmát a Böszörményi-Nagy Iván és Barbara R. Krasner kontextuális terápiás szemléletében, Hanneke Meulink-Korf és Aat van Rhijn holland teológusok kontextuális lelkipozás-elméletében, valamint a keresztyén teológiában. Ezt követően felvázolja e képzetek alkalmazásának lehetőségeit a kontextuális alapú terápiában és lelkipozásban.

Koltai Mária

Magánrendelés, Pécs

„Teher is, de kincs is...”- Örökségünk: a hűség

2021. április 17., szombat 10:50 -11:20

előadásszekció 1.

A kapcsolati etika egyik kulcsfogalma, a lojalitás. Áthatja jelen kapcsolati életünket, intergenerációs és transzgenerációs családi örökségünket, meghatározza

kapcsolati kötődéseink minőségét, a személyes identitást és az önértéket megalapozó hatású.

A továbbadott örökség az utódok, életünk kapcsolatainak minőségére is nagy hatással bír.

Böszörményi-Nagy Iván életművének e fogalma centrális jelentőségűvé vált számomra mind a szakmai , mind a személyes életemben. Irodalmi-művészeti élményeimben és a terápiás gyakorlatomban felismert példákkal szeretném illusztrálni jelentőségét, színeit , nehézségeit és páratlan értékeit.

Komlósi Piroska

KRE, MRE Bethesda Kórház, Budapest

Motiváció -hiány vagy ellenállás a családterápiás együttműködésben?

2021. április 17., szombat 16:00 - 16:30

előadásszekció 4.

Sokan és sokszor küszködnek azzal, hogy a párokkal, családokkal induláskor nehéz kialakítani az együttműködést, vagy a közös munka folyamatában keletkezik egy elakadás, megtorpanás.

Ezeket az ún. ellenállásokat többféle nézőpontból közelíthetjük meg, ahogy ez a pszichoterápiás szemlélet változása során is módosult, amit itt vázolunk.

A terápiás munkánk kezdetén a legfontosabb feladat, hogy miként tudjuk meglátni, megérteni és kezelni az általunk javasolt terápiás munkával, beavatkozással szembeni ellenállásukat, ambivalenciájukat, s az együttműködés ellen ható késztetéseiket.

Hogyan kerüljük el azt az „egyoldalú” szemléletet, hogy a szakember a terápia elakadásakor csak a kliensben keresi az ellenállást, de nem keresi a saját terápiás intervencióiban, hogy vajon adekvátan választotta-e éppen azt, s a család tudja-e azt most hasznosnak látni, fontosnak érezni?

Ehhez meg kell értsük a motivációjuk mibenlétét, mind az egyes családtagok személyes motiváltságát, mind a család rendszerszintű motivációit.

A családterápiák gyakorlatából kiemelt példákkal igyekszünk illusztrálni az ellenállások gyakori megjelenési formáit, mind az egyéni pszichodinamika, mind a kapcsolati dinamika szempontjából.

Kozma-Vízkeleti Dániel

Magánrendelés, Budapest

Szerelem a kolera, lojalitás a karantén idején

2021. április 17., szombat 15:30 - 16:00

előadásszekció 4.

"Ne tegyél ki az unokáimról képet!" "Miért nem tettél ki rólam is képet?" "Mért nem jelöltél be?" "Mért lájkolod másnak a képeit?" A közösségi életünk online térbe terelődésével a lojalitás, a lojalitás iránti elvárások és lojalitáskonfliktusok új köntösben jelentkeznek - ám a mögöttük álló lélektani szükségletek ugyanazok. A koronavírus keltette szorongás, a korlátozások által hozott bezártság, korlátozottság, bizonytalanságérzés az eredeti konfliktusok indulati töltetét a többszörösré fokozta. A világhálón folytatott csevegés egyszerre zsilip a család lélektani terében vibráló feszültség levezetésére és forrása konfliktusoknak. Mivel a családból való legális kijáratok közül a közösségi média szinte egyedülállóvá vált, a hozzá kapcsolódó érzések és indulatok egymást erősítve fokozódtak fel. Meg tudjuk szakítani az önrontó kört klienseink - és saját magunk - életében? Eseteken keresztül járjuk végig a lojalitás és lojalitáskonfliktusok kérdéskörének, posztmodern életmódban való megjelenési formáit, ezek fokozódását a karantén idején és a megoldás felé vivő lehetőségeket.

Kurimay Tamás

ÉKC, Új Szent János Kórház és Szakrendelő

Budai Családközpontú Lelki Egészség Centrum, Budapest

Úton a jövőbe: az emberi kapcsolatok láthatatlan kincsesládája.

Böszörményi-Nagy Iván helye és öröksége a magyar és az egyetemes család-pszicho-terápiában.

2021. április 16., péntek 14:10 - 14:40

plenáris előadás 1

Az előadás személyes tapasztalatok bemutatásával összefoglalja Böszörményi-Nagy Iván (BNI) magyarországi workshopjait, előadásait (1980-2007), magyarul elérhető publikációit. Felidézi BNI karizmatikus személyiségét, a hazai pszichiátriai, pszichoterápiás és családterápiás munkásságát. Az 1970 években világhíressé vált kontextuális, kapcsolati etikai irányzat forradalmi újításai között szerepel többek között, a tények dimenziójának beemelése a terápiás gyakorlatba, az interhumán, kapcsolati dimenzió fókuszba állítása, és a kimunkálásra váró ontikus-dimenzió bevezetése is. Technikai újítása, a terapeuta többirányú elköteleződése a páciensek irányába, számos területen jól alkalmazható.

BNI a kontextuális irányzat alapítójaként, a világhírű magyar terapeuták, Ferenczi Sándor, Bálint Mihály, továbbá a kortársak közül Meduna László mellett a legismertebb személyiség. Az irányzat integratív jellege miatt ma is népszerű az Egyesült Államokban és számos európai országban. Ugyanakkor a kutatásban való alkalmazása még a kezdeti fázisban van.

Az irányzat fejlesztésében szakmai viták zajlanak, azonban BNI öröksége az egyetemes pszichoterápiás és kapcsolati kultúránk kincsesládája, amelynek kiaknázása közelebb visz az emberi kapcsolatok megértéséhez, a jövőbe vetett bizalom és megbízhatóság általános érvényű kérdéseire is.

LÁTHATÁRON csoport

Hagyaték

2021. április 16., péntek 19:30 - 20:30

színházi előadás

Martin Miller: A tehetséges gyermek igazi drámája és Alice Miller írásai alapján

A világhírű gyermekkor kutató, Alice Miller és fia, a szintén pszichológus Martin Miller kapcsolatát bemutató Hagyaték premierjére 2019. november 6-án került sor a Hold21 HPS KultSzalonban. A darabot Martin Miller 2013-ban íródott és 2019 áprilisában magyarul is kiadott könyve ihlette, ami édesanyjának a rekonstruált életrajza, valamint saját gyerekkorának leírása. Ebből a közfelfogás számára eddig teljesen ismeretlen kép rajzolódik ki az elismert pszichológusnőről. Szeretnénk megvizsgálni, milyen folyamatok játszanak abban szerepet, hogy egy zseniális élelátással bíró anya nem képes rálátni saját cselekedeteire, és nem képes érzékenynek lenni saját gyermekére? Urai lehetünk-e önmagunknak valaha, vagy múltunk foglyai maradunk, akármit is csinálunk? Szülőként el tudjuk-e engedni a gyerekeinket, képesek vagyunk-e egy önmagunkat túllépő, meghaladó szeretetre? Mi segítheti a változási folyamatokat? Az előadás az egyéni, családi és társadalmi traumák, valamint feldolgozásuk módját kutatja, a jelenből indulva villantva fel a múlt képeit.

Forma és időtartam

A történet különböző tereken és korokon át, különböző szereplőket megelevenítve és az olykor eltérő narratívákat ütköztetve, mozaikszerűen bomlik ki. Az előadást követően a Martin Millerrel az általa írt könyv apropóján készült videóinterjút is levetítjük nézőinknek, és mindenkit várunk egy közös beszélgetésre.

Mayer Máté

magánpraxis, Budapest

Gyermekeink érdekében! – az ökológiai válság megjelenése a terápiás térben

2021. április 17., szombat 10:50 -12:20

workshop 1.

Böszörményi Nagy Iván elméletének központi elemei a generációkon átívelő jogosultság, elkötelezettség és lojalitás. Az ökológiai válság kapcsán éppen ezekre hivatkoznak a jövő generációiért aggódó környezetvédők is.

„Minek járjunk iskolába, ha nem érünk semmit a tudással egy összeomló világban?” – üzeni egyre több kamasz világszerte. „Minek vállaljak gyereket egy olyan világra, ahol ennyire sötét jövő vár csak rá?” – kérdezi a rendelőben egyre több fiatal. Mások épp ellenkezőleg, a lemondás helyett a megoldáskeresésre helyezik a hangsúlyt, és fenntarthatósági szempontok mentén választják meg mit egyenek, hogyan és hol éljenek, hogy neveljék a gyerekeiket, de többeknek már a párválasztásnál is szempont, hogy a másik miként viszonyul a témához.

A klímaszorongásként, illetve klímagyázként leírt jelenségek növekvő súllyal jelennek meg az egyének, párok és családok életében, így ideje, hogy mi, terapeuták is foglalkozzunk a kérdéssel. A téma már csak azért is aktuális, mert ha egy járvány ennyire felforgatta az életünket, gondoljunk bele, milyen hatása lenne az ökológiai katasztrófának! Épp ezért konstruktív és interaktív együttgondolkodásra, tapasztalat cserére, kerekasztal beszélgetésre hívok minden kedves érdeklődőt.

Moretti Magdolna

Eger, Magánpraxis

„enyimnek-hitt testemen Ősök szokása éled.” Párkapcsolati problémák és transzgenerációs örökségek

2021. április 17., szombat 11:20 -11:50

előadásszekció 1.

A kontextuális terápia szemléletében az utódok etikai adóssága, láthatatlan lojalitása alapvetően meghatározza azt, ahogyan önmagukkal és aktuális kapcsolataikkal bánnak.

Lázár és Sára kapcsolati válsága a két évtizede hordozott sérelmek nyomán a gyermekek iskolakezdésekor robbant ki. Először Sára kért segítséget: elpanaszolta, hogy férje durván beszél és türelmetlen a gyerekekkel és vele is. „Félünk tőle sokszor.” Az egyéni ülések során fel nem dolgozott kapcsolati trauma került napvilágra. Ekkor vált bevonhatóvá Lázár, aki addig elutasította a segítséget. A párterápiás üléseken a kontextuális és érzelmi fókuszú terápiás intervenciók megalapozták a bizalom helyreállítását, Lázár saját apa-fiú kapcsolatára visszavezethető destruktív jogosultságának feltárását. A múltban gyökerező férfiminta („ne mutass érzelmeket, légy kemény”, és a „nem viszed semmire, ahogyan én sem”) mögött Lázár sebzett gyermek-éjére bukkantunk. Ego-state technikákkal gazdagított EMDR terápiás üléseken sikerült az immár több generáción átívelő traumákat is feldolgozni. Ezt követően lett képes Lázár az újfajta apaszerepre és a párkapcsolat restaurációjára is. A terápia harmadik szakaszában ismét a párral dolgoztunk. Így köszöntek el: „A kapcsolatunk mélyebb és gazdagabb lett, mint valaha is volt.”

Németh Laura: MRE-Bethesda Gyermekkorház, Budapest

Papp Bence: Apaépítő- Apamegérn Közösség, Budapest,

Kollárovics Nóra, Semmelweis Egyetem Mentális Egészségtudományok Doktori Iskola ,
Budapest

Ács Adrienn, MRE-Bethesda Gyermekkorház, Budapest

Kollár Kristóf, Vadaskert Alapítvány, Budapest

Terápiás szabadulószoza – avagy hogyan ne ragadjunk bent az OCD börtönében!

2021. április 17., szombat 15:00 - 15:30

előadásszekció 4.

A hozzánk érkező, kényszerekkel küzdő családok gyakran kimerültek, nehezen találják a gyermek gyógyulását is elősegítő közös erőforrásaikat. Célkitűzésünk, hogy CBT és élménypedagógiai módszereket ötvözve ezen családok számára kreatív, játékos segítséget nyújtunk a kényszerekkel való közös küzdelemben. A terápiás szabadulószoza innovatív kezdeményezés, hatékony segítséget jelenthet az ismert egyéni és rendszer szemléletű terápiás módszerek kiegészítőjeként. A családok kifejezetten számukra összeállított szabadulószozás elemek, gyakorlatok révén játékos körülmények között sajátíthatják el a kényszerekhez való helyes hozzáállást, megtapasztalhatják az összefogás erejét, felismerhetik a családi dinamikában működő gátló és segítő tényezőket. Az elmúlt 1 évben 9 család vett részt projektünkben, amelynek megvalósítására minden család esetében 3 ülésben került sor. A család megismerését szolgáló interjú beszélgetést követően alakítottuk ki a speciális szabadulószozát, a család "szabadulását" követően pedig a tapasztalatok, élmények közös feldolgozása történt.

Tapasztalat: A terápiás szabadulószoza élménye kedvezően hat a családok közérzetére, segíti őket az erőforrásaik mozgósításában.

Sallay Viola, Martos Tamás

Thyris Pszichoterápiás Központ, Budapest

Differenciálódás és szövetségkötés: középkorú szülők és felnőtt gyerekeik családterápiája

2021. április 17., szombat 15:30 - 16:00

esetismertetés 3.

Olyan esetek néhány tanulságát mutatjuk be, ahol középkorú szülőkből és fiatal felnőtt gyermekeikből érett meg az elhatározás, hogy együtt kezdjenek családterápiába. A terápiás folyamatokban nyomon követhetjük a kölcsönös jogosultságok és lojalítások korábbi (diszfunkcionális) rendszerének felbomlását és egy új, méltányosabb kapcsolati etikára épülő kölcsönös szövetség kialakítását. Megfigyelhetjük, ahogy újratárgyalják egymással kimondott és kimondatlan konfliktusait, traumáikat és egymás iránti elkötelezettségüket. A genogram átdolgozása lényeges eleme a változásnak: a differenciálódás folyamatát és az új szövetségek megkötését az előző generációk küldetéseinek és terheinek letétele segíti. „Spoiler alert”: a bemutatott folyamatok rejtett apóproja gyakran a harmadik generáció „jelentkezése”.

Sonkoly Zsuzsa

Thyris Pszichoterápiás Központ, Budapest

Senki földjén

2021. április 17., szombat 15:00 - 15:30

esetismertetés 3.

A bemutatandó családterápiára a kiskamasz fiú tanulási nehézségei miatt került sor. Lassan bontakozott ki, hogy a tünetek mögött ország- és kultúra váltás, a család időleges szétszakadása, meg a mindent meghatározó párkapcsolati konfliktusok húzódnak meg. Lehet-e büntetlenül minden gyökeret elszakítani? A mobilitás, flexibilitás árát ki fizeti? A Covid milyen karanténba zár be egy családot? „Sehol sem vagyok otthon!” Mindenhol kívülálló vagyok!” Megteremthető a belső „biztonság”, a „saját világuk”? A család melyik tagja fog nagyobb áldozatot hozni? A gyermek vagy a szülő?

Szükné Streit Marianna

Szük és társa KFT, Debrecen

Megbocsátás vagy elbocsátás

2021. április 17., szombat 13:40 - 14:10

előadásszekció 3.

A megbocsátás civilizációnk alapja. Ha képesek vagyunk rá, egyfajta békét teremtünk magunkban és kapcsolatainkban. Közele kapcsolatainkban- barátságok, párkapcsolat, szülő és gyerek kapcsolata - gyakorta sértjük meg a másikat, illetve szenvedünk el sérelmeket. Ilyenkor óvjuk biztonságunkat, önbecsülésünket és védfalaink mögé húzódva egyre jobbra eltávolodunk egymástól, önmagunktól. Fontos kapcsolatainkban a bizalom újraépítése elemi érdekünk. Előadásomban a megbocsátás folyamatát gondoljuk végig a családi rendszer minden tagját figyelembe véve.

Mi nehezíti vagy teszi lehetetlenné a megbocsátást? Milyen transzgenerációs terhek, destruktív jogosultságok miatt nehéz közel kerülni párunkhoz? Miért ragadunk bele a haragba vagy adjuk fel magunkat egy párkapcsolati sérelem során?

Hogy tud a megbocsátás folyamatában a terapeuta segíteni? Saját tapasztalatai, parentifikációja befolyásolhatja e a munkáját? Miben segít minket a többirányú érdekképviselés, mint terápiás alapállás?

Ezen kérdések mentén osztom meg gondolataimat, tapasztalataimat a párkapcsolati konfliktusokról és megbocsátásról.

KÖNYVBEMUTATÓK ÉS ELŐRE FELVETT KISELŐADÁSOK

Komlósi Piroska könyvbemutatója

Anderson, C.M. - Stewart S: Az ellenállás uralása

Animula, Családterápiás sorozat 30. 2020. 208.o.

A könyv sok konkrét példával illusztrálja, hogy a családterápiákban mennyiféle szinten és módon jelentkezhet a közös ill. a feltáró munkával kapcsolatos tudatos és tudattalan ellenállások, a kliensben, a terapeutában, de akár az intézményben is.

Moretti Magdolna könyvbemutatója

Patterson J. és mtsai: Alapvető készségek a családterápiában

Animula, Családterápiás sorozat 29. 2020. 209.o.

A San Diego-i Egyetemen folyó családterapeuta képzés több évtizedes tapasztalatát gyűjtik egybe a szerzők arra vonatkozóan, hogy a képzés után milyen gyakorlati nehézségekkel küzdenek a hallgatóik. A jó elméleti félkészültség ellenére milyen attitűdbeli, kommunikációbeli, stílusbeli bizonytalanságokkal küzdenek, s ezekhez ad didaktikus szempontokat, vezérfonalat.

Sik Dorottya

ELTE Társadalomtudományi Kar, Budapest

COVID és a gyermekvédelem

Előre felvett kiselőadás

A segítő szakmák számára komoly kihívást jelentett a COVID-19 pandémia. A gyermekekre gyakorolt hatások között fontos kiemelni a gyermekek veszélyeztetettségének, elhanyagolásának és bántalmazásának kockázati növekedését. A COVID hatására mindenhol megnövekedett a családon belüli erőszak esélye, a gyermekek nagyobb eséllyel kell, hogy szembenézzenek az őket ért erőszakkal. A gyermekekkel szembeni erőszak mellett megnövekszik az esélye a gyermekek kizsákmányolásának, a gyermekeket ért pszichés stressznek és terhelésnek, és ezekből a hatásokból következik, hogy a fejlődésükre ez az időszak negatívan fog hatni. Bizalmukat megkérdőjelezte az őket körbevevő világban a vírus okozta bizalomvesztés és bizonytalanság. A családok szintjén a különböző szociális és egészségügyi ellátásokhoz való korlátozott hozzáférés, a családok szeparáltságából fakadó nehézségek, a gondviselők pszichés megterheltségéből és létbizonytalanságából fakadó stressz mind negatívan hatnak az érintett családokra, a szociális, gazdasági és pszichés állapotukra, melyek természetesen a gyermekek veszélyeztetettségét növelik. Az előadás célja, hogy bemutassa a magyar gyermekvédelemben megjelenő alternatív megoldásmódokat.

Bekecs Boglárka, Erdő Enikő, Varga Linda, Zelencsuk Tímea

Anya-kapocs, Budapest

Pandémia és párkapcsolat: Hogyan segítsünk A-tól Z-ig?

Előre felvett kiselőadás

Kiselőadás az Anya-kapocs (anyukák szerepekben és kapcsolataikban való kiteljesedését támogató csoportokat szervező csapat) és Zelencsuk Tímea (táncpedagógus, a "Táncszerelemért" program kidolgozója) összefogásában 14 napig tartó, több mint 500 résztvevőt megmozgató "Napindító párkapcsolati kihívás pároknak" zárt Facebook-csoportról - egy prevenciós programról és az online felület lehetőségeinek tanulságairól.

A szervezők célja, hogy a kialakult járványügyi helyzet keltette bezártság, home office, monotonitás, korlátozott lehetőségek között is segítsék a párok közeledését egymáshoz, közösséget építsenek.

A programnál kiemelt hangsúlyt kapott ezért, hogy 1) a bezártság és a korlátozott lehetőség mellett is megfogalmazzon kimozdulási vagy éppen az otthonunkban végezhető párkapcsolat-gazdagító gyakorlatokat, 2) a programban legyenek a komfortzónából kimozdító, a monotonitást megtörő feladatok, 3) legyen pozitív hangulatú, közösség-aktivizáló, 4) a nehézségekre segítsen úgy tekinteni, mint ami minden párt érint, gyakorlati válaszokat, másoknak bevált módszereket előhívva rá, 5) egy pár mindennapjaiba könnyen beépíthető módon jelenjenek meg benne bevált párterápiás eszközök, kutatási eredmények.

Hadházi Éva, Czinkóczki Annamária, Homoki Adél

Hadházi Éva¹, Czinkóczki Annamária², Homoki Adél³, Takács Szabolcs⁴, F. Földi Rita⁵, Törő Krisztina⁶, Kövesdi Andrea⁷, Csikós Gábor⁸; ^{1,5,6,7,8} Károli Gáspár Református Egyetem, Pszichológiai Intézet, Fejlődéslélektani Tanszék, 4 KRE, Pszich. Int., Általánoslélektani és Módszertani Tsz., ^{2,3} KRE, Pszich. Intézet., egyetemi hallgatók

***A vizsgálat a KRE, BTK Családi-és egyéni protektív- és vulnerabilitás faktorainak vizsgálata gyermek-és serdülő korosztályban című kutatási projekt keretén belül készült (témaszám: 20630B800)**

„Szülőként a párom szemében – A páruk szülői nevelői stílusának észlelete és a párkapcsolati minőség összefüggéseinek vizsgálata”

Előre felvett kiselőadás

Nemzetközi kutatások szerint a párkapcsolat minősége meghatározó szerepet játszik a gyermekek fejlődésében, miközben a párészleletet találták kiemelkedőnek a kapcsolati biztonság szempontjából.

Vizsgálatunk célja: feltárni a páruk szülőként való észleletének és a párkapcsolat minőségének lehetséges összefüggéseit.

Keresztmetszeti kutatásunkban a szülői nevelői stílus mérésére a Parenting Styles and Dimensions Questionnaire (PSDQ-HU), a párkapcsolati minőség meghatározására a Kapcsolati Elégedettség, a Közvetlen Kapcsolatok Élményei és az Intim Kötődés Mérésére kidolgozott kérdőíveket alkalmaztuk a 711 fős (113 apa és 598 anya) mintán.

Eredményeink szerint a párkapcsolati intimitás, a felnőtt kötődés biztonsága és a párkapcsolattal való elégedettség szignifikáns együttjárást mutattak a pár észlelt Verbális ellenségességével, Indokolatlan büntetésével, Melegségével, Érvelésével és Demokratikus részvételével.

Konklúzió: páruk szülőként való észlelete és a párkapcsolat minősége korrelál; a párkapcsolati intimitás, a kapcsolattal való elégedettség és a felnőtt kötődés biztonsága pozitívabb szülői észlelettel jár és a minél optimálisabb szülőnek észlelt társ, kedvezőbb párkapcsolati megélést biztosít. Így feltételezhető, hogy a szülői és/vagy a párkapcsolati alrendszer szintjén nyújtott támogatás minőségi változást eredményez a kapcsolatokban.

Madarassy-Szücs Anna, Hendrich Barbara

Vadaskert Alapítvány, Budapest

Az ADHD-val diagnosztizált gyermekeket nevelő családok támogatása komplex intervencióval, nemzetközi szakmai ajánlások alapján

Előre felvett kiselőadás

Az ADHD tünetegyüttes jellemzően félreértelmezett. Az ADHD-s gyermeket nevelő családok problémájáért a szociális környezet gyakran a szülői nevelést okolja, az organikus elváltozást sok esetben – úgy tűnik – még mindig kevesen ismerik. Ezeket a családokat rengeteg sztereotípiá, stigmatizálás éri, amik egy amúgy is diszfunkcionális családnak további nehézséget okoznak, éppen ezért kiemelten fontos lehet az ADHD rendszerszemléletű megközelítése is. Fontos a környezet edukációja, az idegrendszeri működési sajátosságok megértésének elősegítése, ami a valódi elfogadás kulcsát jelentheti a közvetlen környezetben, a baráti, iskolai kapcsolatokban. Ennek kiemelt része a pedagógusokkal való együttműködés kialakítása. Prezentációnk – nemzetközi családterápiás tanulmányokra épülő – komplex intervenciót mutat be, amely a strukturális családterápia elemeivel ötvözi az evidencia alapú kognitív viselkedésterápia eszköztárát, és a pedagógusokat is bevonja a családterápia folyamatába.

2020-ban a Vadaskert kórházban erre a komplex módszertanra épülő kutatást indítottunk 12 család bevonásával. Ennek a kutatásnak az eredményeit először a Vándorgyűlésen szeretnénk bemutatni.

Bartus Ágnes

A gyermek idegrendszeri fejlődési problémájának hatása a családi rendszerre

Előre felvett kiselőadás

Az agy és az idegrendszer fejlődése meghatározza a magatartásunkat és a biztonságérzetünket. Ha az agy alsó és felső területeiben éretlenség van, a gyermek vagy később a felnőtt autonóm idegrendszerében diszreguláció alakulhat ki, az agy a biztonság és a veszély jeleit nem tudja világosan megkülönböztetni. Ennek következménye lehet az érzelmi elszigetelődés, szorongás, feszült, magasabb izgalmi állapotok, alacsony érzelmi és viselkedés kontroll. A szülők tehetetlenné és eszköztelenné válhatnak a gyerek viselkedésével szemben, kudarcként élhetik meg a szülői szerepüket, magukban keresik a hibát, a környezet is őket okolja. A gyerek viselkedését nevelési problémának élik meg. A családi élet harcterré változhat, és a túlterhelt szülők párkapcsolata is veszélybe kerülhet.

Dr. Stephen Porges Safe and Sound Protocolja, ami a Polyvagális elmélet nem invazív módszere, és Dr. Robert Melillo Brain Balance programja jelentős áttörés az idegrendszeri fejlődési problémák kezelésében, ezen módszerek segítségével erősödik a biztonságérzet és az érzelmi, viselkedés kontroll, az autonóm idegrendszer működése szabályozottabbá válik, a családi rendszerben egyensúly áll be.

Haraszti-Tatár Kata

Az ökológiai válság, az ökotudatosság a kontextuális terápia tükrében

Előre felvett kiselőadás

Az ember eltávolodott a természettől, aminek következménye az ökológiai válság. Ez a valóságunk nekünk és a klienseinknek is: hiszen a jelenleg fennálló krízis, a koronavírusjárvány is egyértelműen ennek a folyamatnak a következménye.

Tény az is, hogy környezetünk adottságai befolyásolják hogylétünket, ahogy az ökológiai válság is.

Szakemberként etikai kötelezettségünk a témával való foglalkozás, a tájékozódás, a figyelemfelhívás, módszertan kidolgozása, hiszen erősen befolyásolja a családok jelenét, és jövőjét is az, hogy merre megy tovább a folyamat, amit az emberi viselkedés idézett elő, tehát annak megváltoztatásával lehet mérsékelni.

Az ökológiai válság okainak és a kilábalás lehetőségeinek áttekintésére hívom a hallgatóságot, melyben segítségünkre lehetnek a kontextuális terápia fogalmai, ha megengedhető, hogy annak kereteit kiterjesszük az ember-ember kapcsolaton túlra is.

Böszörményi-Nagy Iván az emberek egymásért való felelősségét hangsúlyozta. Az egyén döntéseinek és cselekedeteinek következménye hatással lehet minden vele kapcsolatban álló személy életére. Felelősségünk van kapcsolataink minőségének alakulásában. A természeti környezetre is tekinthetünk felebarátunkként, akár családtagként.

Az emberiség történetét végig követve láthatjuk, hogy átalakult, kiegyensúlyozatlanná vált a környezethez fűződő kapcsolatunk. Az ipari forradalom óta egyre inkább az egyoldalú adás jellemző, a folyamatos növekedés eszméje a Föld erőforrásait kimeríthetetlennek tekinti. A kontextuális terápia a családi kapcsolatainkban is szemléletváltást ajánl, a kapcsolati etika helyreállítását. A természettel való kapcsolatunk kiegyensúlyozása is esszenciális a jövőnk szempontjából: egyenrangúbb kapcsolatra kell törekednünk a kizsákmányolás, kihasználás/túlhasználás helyett, hiszen a korábbi generációk felelősségelhárításának árát fizethetik majd meg a jövő gyermekei.

A kontextuális terápia forrásorientált, a „bizalomfoszlányok” feltérképezése a klímakérdés kapcsán is elengedhetetlen: fontos hangsúlyozni az egyén felelősségét, hogy döntéseivel és cselekedeteivel hatással van a közeli családtagjai mellett a bioszféra rendszerének más elemeire, a rendszer egészére is, érdemes változást eszközölni egyéni szinten, mert ez alapozhatja meg a kollektív átalakulást.

Az elméleti áttekintés mellett a helyreállítás lehetőségeit (elsősorban a családokkal folytatott munka keretein belül) is igyekszem megmutatni.

Források:

- Böszörményi-Nagy I., Krasner, B. (2001) Kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa. Coincidencia Kft., Budapest.
- Clayton, S., Doherty, T. J. (2011) The Psychological Impact of Climate Change. American Psychologist, May-June 2011, 265-276.o.
- Kóváry Z. (2019) A szerkesztő előszava. In Kóváry Z. (szerk.) Az egzisztenciális pszichológia egykor és ma. Oriold és Társai, Budapest.
- Molnos Zs. (2016) Ökopszichológia – alapkönyv. Ökopszichológiai Intézet, Budapest.
- Tóth I. J. (2005) Fejezetek a környezetfilozófiából. Szerzők és irányzatok. JATEPress, Szeged.

Hajdu Judit, online magánrendelés, Glasgow;
Csató Gyula, Diótörés Alapítvány, Budapest

Családi titok - esetismertető könyvismertetés

Előre felvett kiselőadás

Anna kétségbeesve keresi fel a pszichológust. Kamasz fiával elviselhetetlen lett az élet, mióta egy heves családi vita alkalmával fény derült a fiú származásának igaz történetére. A kamasz-életkorral együtt járó zűrök összekeverednek a bizalomvesztés okozta lázadással, miközben Anna kezét megköti a bűntudat. A Családi titok c. kötet bemutatja, hogyan talál egymásra újra anya és fia a narratív szemléletű családterápiás folyamat során, hogyan tudják újraépíteni az elvesztett bizalmat és újra hinni a gyerekkori történetekben.

Erről a könyvről, narratív terápiáról, különböző szakemberek együttműködéséről és eltérő szemléletek összehangolásáról beszélget Csató Gyula a könyv szerzőjével, Hajdú Judittal.

A könyv a HVG kiadó gondozásában, A terapeuta esetei sorozatban jelent meg.