



MAGYAR HIPNÓZIS EGYESÜLET



XXVIII. Magyar Hipnózis Találkozó

2017. május 26-28.

BUDAPEST, Benczúr Hotel, (Budapest, Benczúr u. 35, 1068)

TRANSZ-TÉR-IDŐ

**A Magyar Hipnózis Egyesület,
és az ELTE Affektív Pszichológia Tanszék
közös szervezésében**

„...olyan láttató elevenséggel rajzolták meg előttem a mondatok azt a régen megélt novemberi napot, hogy megszűnt körülöttem saját jelenem és visszamentem vele az időben.”

/ Péterfy Gergely: Kitömött barbár /

Köszöntő

Ismét eltelt egy év, és újra ünnepként élhetjük át a kollégáinkkal való találkozásokat, a szakmai programokban való együttes megmerítkezés napjait.

Közösségünk tagjai számára ezek az évenként megszervezett Találkozók „jeles napok”, miközben megjelölik a múlt időt, megerősítik a transzszal való munka értékeit, lendületet adnak a szakmai fejlődéshez, lehetővé teszik az összetartozást biztosító kötelek megőrzését, ápolását, és új kapcsolódások létrejöttét.

Ez a mostani immár a Magyar Hipnózis Egyesület XXVIII. Találkozója.

Az idei Találkozó címe sejteti, hogy több előadás és műhely, valamint az egyik kerekasztal térben és időben távoli kultúrákba kalauzolnak el, megismertetve bennünket az egykor és napjainkban transzállapotban végzett lélektani munka hasonlóságaival és különbözőségeivel, a módosult tudatállapotok gyógyító, állapotrendező és teremtő képességével.

Áttekintésre kerül a pszichoterapeutává válás, a szakmai fejlődés folyamata, az életpálya alakulása, hangsúlyt kap a transzgenerációs hatások pszichoterápiás munkába vonása, valamint a szomatikus medicinában alkalmazott hipnózis és szuggesztiók kutatásának legújabb hazai eredményei.

Az előadásoknak, a műhelyeknek és a kerekasztaloknak megszülető terveit, az összerendezésüket, szakmai programmá formálódásukat, miként a szervezett társas együttlétek előkészületeit ezúttal is nagy izgalom kísérte.

Reméljük, hogy a Találkozón a tapasztalt hipnoterapeuták és a módosult tudatállapot módszerével most ismerkedők számára egyaránt inspiráló élményeket nyújt, erősíti a hipno-közösségünk összetartozásának érzését és segíti a transzszal való munkában rejlő erőforrások további kiaknázását.

Dávid Tamás
Az MHE elnöke

PROGRAM

2017. 05. 26., Péntek

12:00- Regisztráció

14:00-14:15 A konferencia megnyitása: **Dávid Tamás**, az MHE Elnöke

Üléselnökök: Bányai Éva, Vértes Gabriella

14:15-14:45 Meghívott előadás - **Szőnyi Gábor**: Pszichoterapeutává válás, képzés és az egyesületek – a kritikus viszony

14:45-15:15 Meghívott előadás - **Hoppál Mihály**: Sámánok és transzok - Egy eurázsiai tipológia felé

15:15-15:30 Szünet

Üléselnökök: Gáti Ágnes, Dávid Tamás

15:30-16:00 Meghívott előadás - **Daubner Béla András, Róza Zsuzsanna Rachel**: A tudat jelentősége a pszichoterápiában keleten és nyugaton

16:00-16:30 Meghívott előadás - **Varga Katalin**: „Trance, espacio, tiempo” – az ericksoni pszichoterapeuta képzés mexikói modellje

16:30-16:50 Szünet és közben: Olvasósarok megnyitása, posztterek bemutatása – Vezeti: **K. Szilágyi Adrienn**

16:50-17:50 Dokumentumfilm bemutató - **Hoppál Mihály**: Sámán-szertartások – felvezetés a kerekasztalhoz

17:50-19:20 Kerekasztal beszélgetés - Moderátor: **Bányai Éva**

Híd a látható és a láthatatlan között különböző vallásokban, kultúrákban

Részvevők: **Hoppál Mihály** - sámánisztikus transz, **Mireisz László** - buddhista meditáció, **P. Sajgó Szabolcs SJ** - keresztény meditáció, **Rohánszky Magdolna** - sámánizmus és mindfulness

- 19:20-20:00 Frissen végzett hipnoterapeuták és SASOK avatása
- 20:00-tól Vacsora – Fogadás: kapcsolaterősítő társas együttlét

2017. 05. 27., Szombat

9:00-12:00 Délelőtti műhelyek

- 1) **Miklós Barbara**: "Szavak előtt" - szomato-pszichoterápiás műhely– Mozaik terem
- 2) **Néveri Emese, Varga S. Katalin**: Hipnózis saját élmény (Önismereti csoport ízelítő) – Margaréta terem
- 3) **Jakubovits Edit**: Mennyit ér egy szuggesztió a mai magyar egészségügyben? - Andrásy terem
- 4) **Rohánszky Magdolna**: Belső utazás Sámán módon – Business-2, emeleti terem

12:00-14:00 Ebéd

14:00-17:00 Délutáni műhelyek

- 5) **Endresz Hajna, Nagy Krisztina**: Szív-munka, Mozgás- és táncterápiás workshop - Margaréta terem
- 6) **Daubner Béla András, Róza Zsuzsanna Rachel**: Mozgás meditáció, mint lehetőség a csoportos pszichoterápiában - Business-2, emeleti terem
- 7) **Költő András**: Legyen ön is hipnábilis – derítse ki, mennyire! - Mozaik terem
- 8) **Somogyi Erika**: Családrendszeri munka egyéni terápiás kereteken belül - Andrásy terem

17:00-17:15 Szünet

17:15-19:00 MHE Közgyűlés

19:00-20:00 Vacsora

20:00-tól Hipnik - Vezeti: **K. Szilágyi Adrienn**

2017. 05. 28., Vasárnap

7:00-8:00 KK – Kérdések Klubja - Interaktív beszélgetés
hipnoterapeutáknak. Amire máshol/máskor nem volt idő...
Moderátor: Varga S. Katalin

8:00-9:00 Szünet

Üléselnökök: Gősiné Greguss Csilla, Varga Katalin

9:00-9:20 **Költő András:** Szigorú szülők, hideg hipnotizőrök? – A szülői nevelési stílusra vonatkozó emlékek, az érzelemszabályozás és a hipnózisbeli negatív érzelmek kapcsolata - előadás

9:20-9:40 **Horváth Tünde Erika, Jakubovits Edit:** A hipnózis szülészeti alkalmazása – előadás

9:40-10:00 **Kemény Katalin:** Transzgenerációs hatások a változó szimbólumokban - előadás

10:00-10:20 **Bányai Éva, Zsigmond Orsolya, Józsa Emese, Vargay Adrienn, Horváth Zsolt:** Hipnózis – téren és időn át - előadás

10:20-10:40 Szünet

Üléselnökök: Néveri Emese, Zseni Annamária

- 10:40-11:00 **Boros Imre:** Szorongásos depresszió kognitív hipnoterápiás kezelése - esetbemutató
- 11:00-11:20 **Lukács Rita:** Vitorlással a felnőttkorba - elakadt identitásfejlődés terápiája aktív-éber hipnózissal - esetbemutató
- 11:20-11:40 **Janovszki Balogh Gabriella:** Idő, idősíkok és a tér - párkapcsolati nehézségek KIP terápiás kezelése során - előadás
- 11:40-12:00 **Dávid Tamás:** Beszédes fák – A fa szimbólumával végzett hipnoterápiás munka – pszichoterápiás esetrészletek

12:00-12:15 Szünet

- 12:15-13:45 Kerekasztal az oktatásunkról - Moderátor: **Dávid Tamás**
Résztevők: **Néveri Emese, Varga Katalin, Zseni Annamária**
- 13:45-14:15 A Találkozó zárása – Plenáris ülés**

- *a programváltoztatás jogát fenntartjuk* -

Köszönjük támogatóinknak!

Eisberg Hungary Kft.

ELTE PPK Affektív Pszichológia Tanszék

Medicina Könyvkiadó Zrt.

Mindennapi Pszichológia

Oriold és Társai Kiadó Kft.

Kivonatok

Bányai Éva Dr., Professor Emeritus, pszichológus

ELTE PPK Affektív Pszichológia Tanszék

Híd a látható és a láthatatlan között különböző vallásokban, kultúrákban

(kerekasztal)

Résztevők: **Hoppál Mihály**, MTA Doktora, Professor Emeritus, etnológus;
Mireisz László, Dr. h.c. Rev. Agnizsama¹, **P. Sajgó Szabolcs SJ**²; **Rohánszky Magda**, onkopszichológus³

¹ A Tan Kapuja Buddhista Egyház elnöke

² Jézus Társasága Magyarországi Rendtartománya Párbeszéd Háza igazgatója

³ Tűzmadár Ház, Pszichoszociális Rehabilitáció a Rákbetegéért Központ vezetője, Szent László Kórház Onkológia

A módosult tudatállapotokat az emberiség ősidők óta használja a felszínen látható világ rejtettebb, mélyebb rétegeinek és összefüggéseinek feltárására.

A kerekasztal résztvevői – Hoppál Mihály, Mireisz László, P. Sajgó Szabolcs SJ és Rohánszky Magda – bemutatják, hogy a transzkiváltás különböző vallások talaján kialakult módszerei, a sámánisztikus eksztatikus transz, a buddhista meditációban a kontempláció-koncentráció-meditáció hármassága, illetve a keresztény meditációban a kontempláció, a szemlélődő ima hogyan segítik elő a szemmel láthatatlan, mélyebb valóság megismerését. Megbeszéljük, hogy e módszerek hogyan épültek be a ma egyre népszerűbb – vallásos háttér nélkül is jól alkalmazható – terápiás megközelítés, a Mindfulness (tudatos jelenlét) kiváltásán alapuló módszerbe.

A Találkozó résztvevőinek aktív bevonásával végül azt vitatjuk meg, hogyan járulhatnak hozzá a kerekasztal-beszélgetésen tárgyalt transzkiváltó módszerek tapasztalatai a hipnózis hatékonyabb alkalmazásához.

banyai.eva@ppk.elte.hu

Kivonatok

Bányai Éva Dr., Professor Emeritus, pszichológus¹, **Zsigmond Orsolya** PhD
hallgató, pszichológus², **Józsa Emese** PhD¹, **Vargay Adrienn**, klinikai
szakpszichológus, PhD hallgató², **Horváth Zsolt** MD, PhD³

¹ ELTE PPK Pszichológiai Intézet Affektív Pszichológia Tanszék

² ELTE PPK Pszichológiai Doktori Iskola Magatartápszichológiai Program

³ Debreceni Egyetem OEC Onkológiai Intézet

Hipnózis – téren és időn át

(előadás)

A „LELKI ERŐFORRÁSOK ÉS GYÓGYULÁS” kutatásunkban – melynek korábbi eredményeiről már beszámoltunk az előző Magyar Hipnózis Találkozókon – közepes-magas kockázatú emléddaganatos betegeknek nyújtunk lelki támogatást kemoterápiás kezelésük alatt. Az egyik csoport hipnoterápiás szuggesziókat (H), a másik zenei összeállítást (Z) hallgat a kezelés, illetve a vérképkontrollok alkalmával, a harmadik csoport pedig nem hallgat semmit, csak a két intervenció csoporthoz hasonló kiemelt empátiás figyelemben részesül (K). Az előadás a három vizsgálati csoport eddig összesen 51 kutatászáró interjúja alapján azt elemzi, hogy mi áll a H csoport hosszú távú (a kezelés után 2 és ½ évvel kimutatható) – számos paraméterben a másik két csoportnál szignifikánsan kedvezőbb – hatásainak hátterében. Az eredmények arra utalnak, hogy a H egyrészt a többi beavatkozásnál intenzívebb élményeket vált ki a hallgatás alkalmával, másrészt erősebben közvetíti a társas támogatást, mint a Z, illetve az empátiás figyelem.

A kutatást az Országos Tudományos Kutatási Alapprogramok (OTKA) K 109187 nyilvántartási számú pályázata támogatja.

banyai.eva@ppk.elte.hu

Kivonatok

Boros Imre, klinikai szakpszichológus, hipnoterapeuta

Magánpraxis

Szorongásos depresszió kognitív hipnoterápiás kezelése

(esetbemutató)

Negyvenes éveiben járó, krízishelyzetben lévő, súlyos depresszív szorongó klienssel multimodális kognitív hipnoterápiás protokoll (Alladin, 2009) alapján dolgoztunk. Célunk szorongásának, depresszív világlátásának, tehetetlenség- és értéktelenség érzésének csökkentése volt.

A terápiás folyamat első része a krízisintervenció. Ezt követte a kognitív hipnoterápia.

A kezeléssel (féléves utókövetési periódust tekintve) javulást értünk el a szorongása csökkenésében, és depresszív tüneteinek tekintetében (csökkent a tehetetlenségérzése, öndevalvációja, kiszolgáltatottság érzése, konfrontációs helyzetekben mutatott viselkedése javult). Gyógyszerfogyasztása jelentősen lecsökkent.

Az eset személyes tanulságai: egy lefektetett protokoll mentén végzett terápiás folyamat előnyei és korlátai.

imre_boros@yahoo.com

Kivonatok

Daubner Béla András Dr., pszichiáter, kiképző pszichoterapeuta¹, **Róza Zsuzsanna Rachel**, pszichológus²

^{1,2} Magánrendelés

A tudat jelentősége a pszichoterápiában keleten és nyugaton

(meghívott előadás)

Az előadás bemutatja a jóga tudattérképét, ismerteti a négy fő tudatállapot és a módosult tudatállapotok terápiás lehetőségeit. Részletesen bemutatja a bölcsesség jógája (jnána jóga) személyiség és tudat modelljét. A modellen belül kiemeli az elme részeinek funkcióit és az erre épülő pszichoterápiás lehetőségeket. Ismerteti a szimbolikus, analógiás képalkotás különbségeit és a különbségek fontosságát a terápiás eredményekben. Az előadók megkísérelnek párhuzamot vonni a Wilber integrál és a jóga tudatmodell között, kiemelve az azonosságokat. Az előadás foglalkozni kíván a különböző tudatállapotok gyógyító és teremtő képességeivel, kiemelve a mantra erejét, és ennek az erőnek megvalósulási lehetőségeit. Az előadás végén egy részleges esetbemutatással igyekszik megmutatni a szimbolikus és analógiás képalkotás különbségeit.

Kivonatok

Daubner Béla András Dr., pszichiáter, kiképző pszichoterapeuta¹, **Róza Zsuzsanna Rachel**, pszichológus²

^{1,2} Magánrendelés

Mozgás meditáció, mint lehetőség a csoportos pszichoterápiában

(műhely)

A 3 órás workshop 10 perces elmélettel kezdődik, amely megkísérli nagyon röviden bemutatni a bodywork, pszichodráma, mozgásmeditáció, kognitív terápia és a zene integratív használatának lehetséges módszerét. A 10 perces elméleti rávezetés felvázolja az anya-magzat kapcsolat, a szülés-születés, a köteléki traumák, a transznatális, prenatalis, perinatális és a tettes-áldozat helyzetek, beazonosulások mozgásmeditációs terápiájának lehetőségeit. Az archetípusok segítségül hívásának fontosságát is hangsúlyozza a rövid elmélet. Ezt követi bodywork-ös ráhangolódás a módosult tudatállapot létrehozása érdekében. Az egész csoport minden tagja ez után részt vesz egy fúziós állításban. Amennyiben az idő engedi egyéni munka is bemutatásra kerül a workshop során. Rövid visszajelzés zárja a foglalkozást.

Kivonatok

Dávid Tamás, klinikai és addiktológiai szakpszichológus, pszichoterapeuta,

Magánpraxis

Beszédes fák – A fa szimbólumával végzett hipnoterápiás munka

(pszichoterápiás esetrészletek)

Az indukált képélmények alkalmazása a gyógyításban több ezer éves múltra tekint vissza.

A modern pszichoterápiák közül számos módszer hasznosítja a képi megjelenítésben rejlő azon lehetőséget, hogy a verbális kifejezésekhez képest a szimbólum jelentésbeli többletet hordoz. A belső képek segítik az alapvető célok megfogalmazását, a helyzetek kezelését, a személyiséghez illeszkedő irányok megtalálását, előrevetíthetik és megelőlegezik a pszichés fejlődést, magukban sűrítik a kibontakozás terén mutatkozó elakadásokat, majd pedig alapul szolgálhatnak ezek tudatosításához és átdolgozásához.

A hipnózisban végzett pszichoterápia - a módosult tudatállapot lényegéből eredendően - megkönnyíti a személyiség mélyebb rétegeinek megjelenítését, munkába vonását.

A fa az egyéni életút önismereti szimbóluma, hozzánk hasonlóan egyedi jellemzőkkel bír, növekszik, fejlődik, virágzik, termést hoz, majd elöregedik, végül meghal.

A terápiás folyamat korai időszakában az én projekciójaként megjelenő fa szimbólumával való lélektani munka egyidejűleg kínál pszichodiagnosztikai és pszichoterápiás lehetőségeket.

A fa hívószimbólum alkalmazásának terápiás hozadéka négy esetrészlet élményeinek bemutatásával történik.

davidtam.25@gmail.com

Kivonatok

Dávid Tamás, klinikai és addiktológiai szakpszichológus, pszichoterapeuta¹

Kerekasztal az oktatásunkról

(kerekasztal)

Résztevők: **Néveri Emese**, klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, kiképző hipnoterapeuta², **Varga Katalin PhD**, prof., pszichológus, ³, **Zseni Annamária Dr.**, pszichiáter, pszichoterapeuta, kiképző hipnoterapeuta⁴

¹ Magánpraxis

² InterFace Bt.

³ ELTE PPK Affektív Pszichológia Tanszék

⁴ Magánpraxis

Beszéljük meg a különböző képzéseinken szerzett tapasztalatainkat, hogy ezeket hasznosíthassuk, integrálhassuk! Célunk a képzési rendszerünk rugalmasabbá tétele, az egyesületben rejlő lehetőségek és kapacitások jobb kihasználása. A hipnózis iránt érdeklődők igényeihez igazodva, gazdagítani szeretnénk a képzési repertoárunkat, ehhez is várunk ötleteket és a kivitelezéshez jelentkezőket. Vitassuk meg mindazokat a kérdéseket, amelyek szerintetek az Egyesületünk jobb alkalmazkodását szolgálják!
Valamennyi résztvevő véleménye fontos, számítunk aktív közreműködésekre!

davidtam.25@gmail.com

Kivonatok

Endresz Hajna, klinikai szakpszichológus¹, kiképző mozgás- és táncterápiás csoportvezető, **Nagy Krisztina**, pszichológus², mozgás- és táncterápiás csoportvezető

^{1, 2} Magánrendelés

Szív-munka

(mozgás- és táncterápiás workshop)

A csoport verbális körrel kezdődik és zárul. A kettő közötti mozgásos szakaszban a résztvevők saját testük, és kiemelt fókuszként a szív-régiójuk érzékelését a vele való kapcsolatfelvételt tapasztalhatják meg. Nem csak a szívvel, hanem szívet körülvevő egész testszelvényvel dolgozunk. Az instrukciók nyitottak, azokat mindenki a maga egyéni módján tölti ki, valósítja meg. A résztvevők egyszerre, párhuzamosan mozognak, így a saját folyamatában mindenki főszereplő.

A workshop lehetőséget nyújt annak megtapasztalására is, hogy a test érzékelésére és a mozgásra irányított figyelem, hogyan hoz létre megváltozott tudatállapotot. A tudatállapot változás mélysége és minősége a megajánlott instrukciók szabadsága folytán egyéni, nem specifikusan instruált cél. A testtudati figyelem, a mozgásos állapotba való elmélyülést spontán hozza létre.

A részvételhez nem szükséges mozgásos előképzettség, sem ügyesség vagy tánctudás. A szabad mozgás érdekében kérünk mindenkit, hogy hozzon magával kényelmes váltó ruhát: laza nadrág, póló, zokni - cipő nélkül leszünk.

sule.hajna@gmail.com

Kivonatok

Hoppál Mihály, etnológus, MTA Doktora, Professor Emeritus

Sámánok és transzok Egy eurázsiai tipológia felé

(meghívott előadás)

1986 és 2016 között, vagyis jó három évtized alatt több mint húsz alkalommal jártam a Távol-Keleten, kifejezetten azzal a céllal, hogy sámánokkal találkozzak és ez az esetek többségében sikerült is, sőt egy-egy alkalommal két-három, néha még több sámán szertartást is meg tudtam örökíteni. Az egyes szám első személy itt azt jelenti, hogy néhány alkalom kivételével már jómagam kezeltem a video-felvévőt, mert az Európai Folklor Intézet jóvoltából igen jó minőségű készülékemmel kitűnő felvételeket készítettem. Korábban pedig a Magyar Televízió egy háromtagú stábot finanszírozott, hogy professzionális minőségű anyagot hozzunk haza szibériai és dél-koreai gyűjtőútjainkról. Ezekből a felvételekből az évek folyamán vagy két tucat dokumentumfilmet állítottunk össze az operatőr Nádorfői Lajos és a vágó Németh Piroska segítségével. 2013-ban pedig egy jó órányi válogatás is készült, amelyben a szertartások legjobb részletei kerültek be, azok a percek, amelyekben a sámánok/sámánasszonyok éppen énekelnek, dobolnak, transzba mennek/jutnak! A sámán szertartások többsége, legalábbis Euráziában a szellemek meghívása után, abban kulminál, hogy a sámán/asszony extázisba kerül, ami lényegében egy megváltozott tudatállapotot jelent. Ennek során kerül a sámán/nő kapcsolatba a saját segítő szellemeivel, az ilyenkor elhangzó énekek, a dobolás kíséretében, jelentik a szellemvilággal való jelképes és tényleges kommunikációt. A sámáni tudatállapot elérése pedig a szertartás csúcspontját jelzi, ami hosszabb-rövidebb ideig tarthat, és a rítusnak ez a fázisa kultúránként változik, sőt sámánonként is változhat.

A transz erőssége, mélysége, intenzitása, átélése, mint látható jelek alapján és az általam látott szertartások formai jegyeinek számbavételével, igyekszem előadásomban egy előzetes tipológiát adni az eurázsiai sámán rítusokról.

hoppal@etnologia.mta.hu

Kivonatok

Horváth Tünde Erika, szülésznő hallgató¹, **Jakubovits Edit Dr., PhD**,
aneszteziológus és intenzív terápiás szakorvos, hipnoterapeuta,
szakpszichoterapeuta²

^{1,2} SE ETK

A hipnózis szülészeti alkalmazása

(előadás)

A hipnózis által a szülés alatt a szorongás mértéke, a fájdalom csökken, lerövidül a vajúdási idő. On-line kérdőíves felméréssel egy hipnoszülés tréningen részt vett csoport (n=80) adatait hasonlítottam össze egy kontroll csoporttal (n=59). Főbb szignifikáns eredmények: 1. a hipnózist választók 37,5%-ánál, míg a kontroll csoportnak 66,1%-ánál alkalmaztak oxytocint, 2. a hipnózis csoportban a vajúdás ideje rövidebb lett, 3. a szülés befejezéséhez a hipnózis csoportban nem kellett eszközt használni senkinél, a kontroll csoportnál 10%-ban, 4. gátmetszés a hipnózis mellett 50%-ban, míg a kontroll csoportban 74,6%-ban történt, 5. sérülések a hipnózis csoportban 31,2%-ban, a kontroll csoportban 49,1% -ban fordultak elő, 6. többszörös sérülés a hipnózis csoportnál 2%, a kontroll csoportnál 10% volt. 7. A fájdalom átlagértéke egy 10 fokú skálán megítélve a hipnózis csoportban 6,98 (0-10) (SD: 2,21), míg a kontroll csoportban 8,78 (6-10) (SD:1,13) volt, 8. míg a fájdalmakat a hipnózis csoport 12,5%-a, addig a kontroll 30,5%-a ítélte rendkívül erőteljesnek.

A hipnózis több ponton bizonyult hatásosnak a szülés során a kérdőív adatai alapján.

jakedit62@gmail.com

Kivonatok

Jakubovits Edit Dr., PhD, aneszteziológus és intenzív terápiás szakorvos,
hipnoterapeuta, szakpszichoterapeuta

SE ETK

Mennyit ér egy szuggesztió a mai magyar egészségügyben?

(műhely)

A betegség megváltoztatja a tudatállapotot. Ilyenkor az információk kedvezőtlen esetben ronthatják, kedvező esetben segíthetik a gyógyulás folyamatát. A modern anesztézia és sebészet jól végzett menedzsmentjét kiegészítve a hipnózis eszköztárában is alkalmazott szuggesztiók erejével, hatalmas nyereségekhez juttathatjuk a betegeket, és a társadalmat. A szuggesztív kommunikációs technika elsajátításának költségei ráadásul jóval alatta maradnak az általa hozott haszontól. Orvosi oldalról a két leggyakoribb ellenérv a hipnózis ellen, hogy nincs idő ilyesmire, és hogy veszélyes, mert sérti az emberek méltóságát. Ezeket a tévképzeteket minél hamarabb eloszlatva a hipnózist nem alternatívaként, hanem az orvoslás integratív részeként minél több szakterületen hasznosítani kell. Az a szakember, aki ennek tudatában van, felelősséggel tartozik, hogy a folyamatokat kedvező irányba befolyásolja például azzal, hogy stratégiai megoldásokat is kínál. A workshop célja, hogy a klinikumban hipnoterapeutaként dolgozók tapasztalatai alapján kibontakozó képből brainstorming formájában élő stratégiák születhessenek.

jakedit62@gmail.com

Kivonatok

Janovszki Balogh Gabriella, klinikai szakpszichológus, szakpszichoterapeuta

Egyéni vállalkozó

Idő, idősíkok és a tér - párkapcsolati nehézségek KIP terápiai kezelése során

(előadás)

Előadásomban a pszichoterápiás idő - és tér néhány eleméről beszélnék. Fő témám a párkapcsolati nehézségek bemutatása a tárgykapcsolat elméletek alapján. Gyermekkorunkban a korai „tárgyról”, a vele való kapcsolatáról és ez alapján önmagunkról – ezt tekintem a külső térnek - létrehozunk magunkban egy mintát, amely belső munkamodellként szelf és - tárgy reprezentánsok formájában – ezt tekintem belső térnek – működik tovább egész életünk során. Ebben a megközelítésben M. Mahlerre, M. Kleinre és Otto F. Kernbergre és S. Freudra támaszkodom. Beszélek a párkapcsolat fejlődési időszakairól és a múlt mintázatainak megjelenéséről a felnőtt párkapcsolatok jelenében. KIP terápia imaginatív terében adott a lehetőség, hogy egyszerre jelenjenek meg benne „objekt szinten” és „szubjekt szinten” a múlt, jelen, jövő történései.

jabaga@vipmail.hu

Kivonatok

Kemény Katalin, klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta

Magánrendelés

Transzgenerációs hatások a változó szimbólumokban

(előadás)

Előadásomban szeretném a gyakorló terapeuta szemszögéből összefoglalni, amit a transzgenerációs hatásokról a magyar szakirodalomban az utóbbi években olvasni lehetett, és azt a tapasztalatomat megosztani, miként befolyásolja a transzgenerációs hatásokra utalás a terápiás folyamatban felszínre bukkanó élmények feldolgozását. Hangsúlyt kívánok fektetni arra is, hogy bemutassam, hogyan viszonyul a páciens az így kitáguló értelmezési lehetőségekhez, többretű megközelítéshez.

Régen lezárult és folyamatban lévő pszichoterápiás esetekből vett hipnózis élményekből készült képeken keresztül bemutatom, hogyan formálódik egy-egy szimbólum a terápia előmenetelében, miként hordozza, mutatja a lehetséges transzgenerációs hatásokat.

kemenykatalinpsy@gmail.com

Kivonatok

Költő András Dr., egészségfejlesztő szakpszichológus, egyetemi adjunktus

Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Affektív
Pszichológia Tanszék

Szigorú szülők, hideg hipnotizőrök? – A szülői nevelési stílusra vonatkozó emlékek, az érzelemszabályozás és a hipnózisbeli negatív érzelmek kapcsolata

(előadás)

A szülők nevelési stílusa jelentős hatást gyakorol a gyermek pszichés fejlődésére. E hatások felnőttkori működésünket is jelentős mértékben befolyásolják. Kvalitatív, mélyinterjúk kutatások eredményei is arra utalnak, hogy a szülői viselkedés különböző „fejlődési ösvényeken” keresztül hat a felnőttkori hipnotikus fogékonyságra. A szeretetteljes, felhatalmazó szülői stílus az azonosulás mechanizmusain és a szilárd – de módosult tudatállapotokban átjárható – énhatárok kialakításával vezet a gyermek magas hipnabilitásához. A hideg, szigorú, gyakori büntetést alkalmazó szülők gyermeke pedig disszociatív stratégiákat alkalmazhat a valóság elől való „elmenekülésre”. Ezeket a fejlődési útvonalakat feltételezésem szerint az érzelemszabályozás és -feldolgozás mechanizmusai is befolyásolják. A jelen kutatás célja a fent bemutatott útvonalaknak és az érzelemszabályozás mediáló hatásának kvantitatív, kérdőíves módszerrel történő igazolása volt. Összesen 298 egészséges fiatal felnőtt először a szülői nevelési stílusra és az alexitímiás érzelem-feldolgozásra vonatkozó online kérdőíveket töltött ki, majd a Harvard Hipnabilitási Csoportskálával végzett standard laboratóriumi hipnózison vett részt. A hipnózist követően módosult tudatállapotra és a hipnotizőrrel kapcsolatos érzelmekre vonatkozó kérdőíveket kaptak. A hideg-büntető szülőket felidéző személyek a hipnózisban több negatív érzelmet éltek át, és jobban féltek, hogy a hipnotizőr nem lesz elégedett velük. Az összefüggést az alexitímiás érzelem-feldolgozás – az érzelmek azonosításának nehézsége – mediálta, s ez a hatás a nem és az életkor kontrollja mellett is megmaradt. Ezeknek az eredményeknek szerepe lehet a hipnoterápia elfogadtatásában, a terápiás intervenciók megtervezésében és az alexitímia hipnózissal való enyhítésében is.

kolto.andras@ppk.elte.hu

Kivonatok

Költő András Dr., egészségfejlesztő szakpszichológus, egyetemi adjunktus

Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Affektív
Pszichológia Tanszék

Legyen ön is hipnábilis – derítse ki, mennyire!

(műhely)

Egyes emberek nagyon erősen fogékonyak a hipnózis iránt, mások közepes mértékben, megint mások gyengén. Ezek a különbségek a viselkedés mellett az idegéletani folyamatokban, a hipnotikus élményekben és a hipnotizőr iránti érzelmekben is megnyilvánulhatnak. Noha a személyre szabott indukciós módszerek és szuggesztiók miatt a gyengén hipnábilis személy számára is lehet jótékony hatású a hipnoterápia, a terápiás beavatkozás megtervezéséhez fontos megismerni a kliens hipnotikus fogékonyságát.

Ezen a műhelyfoglalkozáson a résztvevők kipróbálhatják a hipnóziskutatásban egyik leggyakrabban alkalmazott módszert, a Harvard Hipnábilitási Csoportskálát. Ez egy olyan standard eljárás, mely a klienseknek kezdeti sajátélményt nyújt, a kutatónak és a terapeutának pedig képet ad a kliens hipnotikus fogékonyságáról. A hipnózis után bemutatjuk a hipnotikus élményvilág feltárására alkalmas rövid kérdőíveket. Demonstráljuk azt is, hogy hogyan mérhető a hipnózis pszichofiziológiai vonatkozása: a létszámtól függően néhány vagy az összes résztvevő elektromos bőrellenállását is mérni fogjuk, egy beavatkozást nem igénylő módszerrel. A műhely második részében mindenki visszajelzést kap hipnábilitása mértékéről. Mód lesz az élmények megbeszélésére, és a hipnábilitás terápiás jelentőségét is megvitatjuk.

A műhelyre szeretettel várok mindenkit, aki most ismerkedik a hipnózissal, érdeklődik a hipnotikus jelenségek tudományos vizsgálata iránt, és/vagy nyitott a kutatás és a terápia közötti párbeszédre, azok integrációjára.

A kutatásetikai szabályoknak megfelelően a műhelyen való részvétel beleegyező nyilatkozat adásához kötött. A nyilatkozatban a résztvevők kijelentik, hogy nincs akut megbetegedésük, nem kapnak pszichiátriai gyógykezelést, a hipnózis idején nem állnak tudatmódosító szerek hatása alatt.

kolto.andras@ppk.elte.hu

Kivonatok

Hipnik

Vezeti: **K. Szilágyi Adrienn**, klinikai szakpszichológus

A közös transz legváltozatosabb formáit felvonultató, a nevetőizmok karbantartását és az általános elégedettség és boldogság fokozását megcélzó hagyományos társas együttlét. A megtapasztalható transzformák, melyek a hangulat transzformálását hivatottak elősegíteni (a teljesség igénye nélkül - mármint a felsorolás nem törekszik a teljességre, a hangulat transzformálás igen):

Nosztalgikus transz: A múlt szenzációs pillanatai

Tudománytól lenyűgözöttség transza: Hipnobotik termékeinek bővítése a furavári Tatu és Patu találmányainak felhasználásával

Zenés transz: Prof Dr. Túry Ferenc és 20. emelet nevű zenekarának koncertje

Izgalmi transz: Salamon Ella díjátadó

Harctéri transz: Ádáz küzdelem a kollégákból álló csapatok között a vándorcsirke elnyeréséért.

A transz-formák eléréséhez az egyetlen, ami szükséges: Bármit is éreznek, csak hagyják megtörténni!

szilidri@yahoo.com

Kivonatok

Olvasósarok

Szervező: **K. Szilágyi Adrienn**, klinikai szakpszichológus

Az éves rendezvényünkön szeretnénk, ha még több lehetőség nyílna az egymással való találkozásra. Ezért, a tavalyi tapasztalatból táplálkozva, idén is kialakítottunk egy olvasósarkot, ahol Tagjaink friss publikációit gyűjtöttük össze, amelyeket két program közötti feltöltődés közben lehet forgatni. A Tagjaink munkáiból összegyűjtött anyagokat helyben olvasásra állítjuk ki, a konferencia után pedig az Egyesület székhelyén, az Izabella utcában helyezük el a házi könyvtárunkban.

A kiállított poszterek bemutatására a pénteki 16:30-16:50-ig tartó szünetben kerül sor.

Köszönjük mindenkinek, aki munkáival hozzájárult ehhez a gyűjteményhez!

szilidri@yahoo.com

Kivonatok

Lukács Rita, pszichológus, klinikai szakpszichológus jelölt

Magánpraxis

Vitorlással a felnőttkorba – elakadt identitásfejlődés terápiája aktív-éber hipnózissal

(esetbemutató)

Esetismertetésben egy 25 éves magyar-jordán kettős állampolgárságú, Budapesten élő egyetemista fiatalember 30 ülésből álló terápiáját mutatom be. A terápia fókuszában az elakadt identitásfejlődés, a felnőtt szerep kialakításának nehézségei, valamint az asszimiláció folyamatának problémái állnak. A terápiás folyamatból kiemelve, részletesen ismertetek egy hét ülésen át egymásra épülő, a páciens saját, a vitorlázás metaforáját kibontó aktív-éber hipnózis sorozatot, mely hatékonyan tette lehetővé a megakadt identitásfejlődés korrekcióját. A páciens aktív-éber hipnózisban vitorlázva a tengerre szállással megélhette a családról való leválást, majd a tengeri próbatételekben a felnőtt férfi identitás kialakításához szükséges énerőt, kitartást, együttműködést. Ezután új földrészre, egy új életszakaszba érkezve sor kerülhetett azon beavatási szertartására, melyet követően már megépíthette felnőtt személyiségének házáat.

lukacs.rita59@gmail.com

Kivonatok

Miklós Barbara, klinikai szakpszichológus

ELTE TÁTK

"Szavak előtt"

(műhely)

A szomato-pszichoterápiák hangsúlyosan preverbális élményekkel dolgoznak – ezen élmények tudatosítását, integrálását segítik elő. A külvilághoz és önmagunkhoz való kapcsolódásunk elsőként testi élményekben ragadható meg, amelyek korai kapcsolatainkban artikulálódnak, és életünk során részben tudattalanok maradnak. Ezek a tapasztalatok meghatározzák későbbi kapcsolatainkat, önmagunkról kialakított elképzeléseinket, testképünket, aszerint, hogy milyen jelentést kaptak, és milyen minőségű: elfogadó és ráhangoló vagy elutasító kapcsolatban éltük meg őket.

A műhely a gendlini Fókuszolás és más szomato-terápiás módszerek segítségével lehetőséget kínál egy különleges élmény átélésére. Test-orientált módon dolgozunk a zsigeri élményeinkkel való kapcsolat helyreállításán, „átélt érzeteink” és a hozzájuk kapcsolódó jelentéstartalmakra irányuló figyelem és azok tudatosításán keresztül. A műhely segít felidézni, megtapasztalni saját testünkkel kapcsolatos korai tudásunkat is.

miklos.barbara@gmail.com

Kivonatok

Néveri Emese, pszichoterapeuta¹, Varga S. Katalin Dr., pszichológus,
hipnoterapeuta²

¹ InterFace Bt.

² Magánpraxis

Hipnózis saját élmény

(műhely)

Ajánlom a műhelyt azoknak, akik szeretnének feltöltődni, megújulni saját kreatív energiájuk segítségével, vagy aktuális problémáik megoldásához akarnak segítséget intuitív fantáziájuktól. A csoportos munka módot ad a társas támogatás átélésére. A többféle érzékszervi modalitás összekapcsolódásával érzelmeink gyökereihez nyúlunk vissza. A csoporttéma kiérlelése után minden résztvevő átélheti saját útját a közös élményben, a különbözőségeink összekötő és elválasztó szerepét, a hipnózis mélységének hullámozását, önreflexivitásunk fenntartását és feladását.

emese@neveri.eu

Kivonatok

Rohánszky Magda, onkopszichológus

Szent László Kórház Onkológia, Tűzmadár Pszichoszociális Rehabilitációs
központ vezetője

Belső utazás Sámán módon

(műhely)

A „sámán” kifejezés eredete a szibériai evenki nyelvben található. Jelentése „a dolgok tudója” „tudással bíró ember”.

A sámán szándékosan változtatja meg tudatállapotát, hogy kapcsolatba léphessen egy nem mindennapi valósággal, hogy onnan tudást és erőt hozzon, önmaga vagy mások megsegítésére. A dob ritmikus hangja, ének és tánc segíti a révülést, mely lehetőséget ad a szellemvilágba való utazásra. A szellemvilág három részre oszlik: alsó világ, ahol az erő segítők laknak, felső világ, a szellem tanítók helye és a középső világ, mely a mindennapi valóság szellem világban való leképeződése. A sámán világában minden létező kapcsolatban áll egymással és rendelkezik szellem-minőséggel. A sámán révülése során küldetéssel utazik és a küldetés megoldásához segítséget adó erővel vagy, tanítással tér vissza a hétköznapi valóságba. A workshopon a tudatmódosulás egy fajtájával ismerkedhetünk meg a révülés során. A dob „hátán utazunk” a különböző valóságokba, találkozhatunk segítő szellemeinkkel és segítséget kaphatunk önismeretünk fejlesztéséhez, megoldhatatlannak tűnő problémák rendezéséhez.

(Rohánszky Magda a Scandinavian Center for Shamanic Studies és Johnatan Horwitz amerikai antropológus tanítványa.)

Kivonatok

Somogyi Erika Dr., aneszteziológus és intenzív terápiás szakorvos,
hipnoterapeuta, szakpszichoterapeuta, ECP

Magánrendelés

Családrendszeri munka egyéni terápiás kereteken belül

(műhely)

Az egyéni munka elakadása esetén, vagy ha az egyéni munka nem vezet a panaszok, tünetek kielégítő enyhüléséhez indokolt a tünetek háttérében családrendszeri okokra is gondolni. A családrendszer törvényeinek, működésének ismeretében lehetőség van az egyéni terápiában a tünetek mélyén húzódó családrendszeri kötések felismerésére. Módosult tudatállapotban lehetőség nyílik olyan technikák alkalmazására, melyek segítségével a családrendszeri terhek feltárhatóvá és feldolgozhatóvá válnak.

A műhely eseteken keresztül bemutat olyan technikákat, amiket hipnózis közben is alkalmazhatunk családrendszeri hatásokkal való munkára.

Igény esetén a hallgatóság lehetőséget kap arra, hogy saját hozott esetét ismertetve megkeressük azt a pontot és azt a módot, ahol a hipnózis során transzgenerációs mintázat merülhet fel és műhelymunkában kidolgozzuk a lehetséges intervenciókat.

Amennyiben a jelentkezők között valakinek van késztetése sajátélményt szerezni demonstrációs keretek között, az jelentkezhet előzetesen email-ben:

gyogyito.lelek@gmail.com

Kivonatok

Szőnyi Gábor Dr., pszichoanalitikus, csoportanalitikus pszichoterapeuta,
pszichiáter, szociológus

MentalPort

Pszichoterapeutává válás, képzés és az egyesületek – a kritikus viszony

(meghívott előadás)

A legtöbb pszichoterápiás egyesület központi tevékenysége a képzés. Ahogy az egyén szemszögéből a pálya stációinak kínja, öröme, úgy az egyesületek fejlődésének, életének kritikus pontjai is a képzés körül csomósodnak. A szakmai fejlődés szakaszait (naiv/természetes pszichológia; újonc tanuló; haladó tanuló; újonc-, haladó-, szenior szakember) követve emelem ki a sajátosságokat mind a (leendő) szakember, mind az egyesület nézőpontjából. A szakmai fejlődés jellegzetes pozitív vagy éppen negatív fejlődési körökkel jár, ami elégedettséghez vagy stagnáláshoz, szakma elhagyásához vezet. Azt is vizsgálom, hogyan járul hozzá szervezeti dinamika – pl. hierarchizálódás, kasztosodás, hasadás, reform – ezekhez a körökhöz. Mivel saját tapasztalataimat elsősorban a pszichoanalitikus egyesületek életét követve szereztem – tanulóként, kiképzőként, képzésszervezőként, alakuló szervezetek mentoraként, kutatóként – a példákat is a hazai és nemzetközi analitikus szervezetekből hozom. Azt gondolom, hogy a felmerülő dilemmák, konfliktusok, megoldások más egyesületben is hasonlóképpen jelennek meg.

gaszonyi@chello.hu

Kivonatok

Varga Katalin Prof., pszichológus

ELTE PPK Affektív Pszichológia Tanszék

„Trance, espacio, tiempo” – az ericksoni pszichoterapeuta képzés mexikói modellje

(meghívott előadás)

A „Centro Ericksoniano de México” szervezésében elvégeztem az ericksoni pszichoterapeuta képzést. A mi terápiás megközelítéseink java részétől, és oktatási módszerünk jellegétől is merőben eltérő tapasztalataimat foglalom össze az előadásban. Röviden kitérek e távoli országban megélt transz-tér-idő élményeimre is...

varga.katalin@ppk.elte.hu

Kivonatok

Varga S. Katalin Dr., pszichológus, hipnoterapeuta

Magánpraxis

KK – Kérdések Klubja

Interaktív beszélgetés hipnoterapeutáknak
Amire máshol/máskor nem volt idő...

Egy hely, ahol együtt beszélgetünk minden olyan kérdésről, ami minket érint.

Az elmúlt hét év Találkozójának tapasztalata azt mutatta, hogy hasznos egy olyan kijelölt idő és tér, ahol a hétvégén elhangzottakról lehet szó, kötetlen formában. A Klubban azokat a kérdéseket, pontokat vitatjuk meg, amik megmozgattak minket, gondolatokat ébresztettek, érzések születtek, ám ezek átbeszélésére nem jutott már idő az előadásokon/műhelyeken, avagy a kávészünetekben. Várunk mindenkit, aki szívesen csatlakozik hozzánk ezen a korai órán, hogy együtt dolgozhassuk át a Találkozó addigi élményeit.

(Az interaktív beszélgetést minimum 6 résztvevő jelentkezése esetén tartjuk meg.)

A beszélgetést vezeti: Varga S. Katalin.

vargaskatalin@gmail.com

JEGYZETEK

JEGYZETEK

JEGYZETEK

JEGYZETEK

JEGYZETEK