

**2017. május 26., péntek délután****Workshopok****14³⁰ – 18⁰⁰**

(Minden workshop 2X90 perc és a felsorolt workshopok közül egy választható)

1	Stefany – Tóth Judit	Gestalt ciklus modelljének alkalmazása a szupervízióban
2	Hubainé Muzsnai Márta, Majsai Hideg Tünde	Reflektorfényben a reflexió
3	Wiesner Erzsébet	Reflektív eltávolodás – térben, időben szupervízióban
4	Ferenczi Andrea	A bennünk rejlő művész felfedezése
5	Nemes Éva, Szarka Attila	Eltévedtem... szemléletváltás és szupervízió
6	Répássy Helga, Pázmándi- Szakács Viktor	Kockázatvállalás, reflexió, kiegyenesedés - dalolva



2017. május 26., péntek délután (14³⁰ – 18⁰⁰)

A választható workshopok bemutatása

Stefany – Tóth Judit: Gestalt ciklus modelljének alkalmazása a szupervízióban

Mindannyiunknak megvan az a sajátos, egyedi módja, ahogyan észleljük és szervezzük a külvilágból beérkező információkat, jelentést adunk ezeknek és megteremtjük szubjektív valóságunkat, azaz életünk egyedi élményét. A workshop alatt saját élményen keresztül fogjuk megnézni, hogy hogyan is tesszük mindezt.

Az emberi tapasztalást és az energia áramlást is kifejező ciklust, Gestalt ciklusnak nevezzük. A ciklus egy 7 lépéses folyamat modell, amely azt írja le, hogy hogyan kerülünk kapcsolatba a környezetünkkel, és hogyan elégítjük ki a számunkra fontos szükségleteinket vagy éppen hogyan állítjuk és fosztjuk meg magunkat ettől. A Ciklus modell azt is megmutatja, hogy ezalatt hogyan emelkedik és süllyed az energia szint, követve bizonyos törvényszerűségeket. Amennyiben a ciklus teljessé válik, ez azt is jelenti, hogy nem maradnak lezáratlan ügyleteink. Gyakran azonban nem ez történik, félbeszakad a ciklus és befejezetlen helyzetek keletkeznek, amelyek hatalmas energia töltettel bírnak és nagyon sok figyelmet követelnek. Gyakran ezek miatt a lezáratlan ügyletek miatt nem tudunk teljes figyelmünkkel a jelenben lenni.

A Ciklus modell megismerése abban tud segíteni, hogy felismerjük és tudatosítsuk hol akadunk el, hol és hogyan állítjuk meg a ciklust, mikor és mire használunk el túl sok energiát. Arra is rá tudunk nézni, hogyan veszítjük el kapcsolatunkat a jelennel és mikor maradnak a szükségleteink kielégítetlenül.

A Gestalt ciklus modellje a szupervízió során jól használható reflektív módszertani eszköz, mind a tartalomnak, azaz a szupervizált élet történéseinek, mind a szupervízióknak, mint folyamatnak a jobb megértéséhez, de ezen túlmenően a szupervizor tudatos önreflexiójában is komoly segítséget tud nyújtani.

A workshopot vezeti:



Dr. Stefany – Tóth Judit

Dipl.szupervizor, Gestalt módszerspecifikus coach, EAGT, EAP akkreditált Gestalt terapeuta és szupervizor

Magyar Gestalt Egyesület elnök

Károli Gáspár Egyetem Szupervizor szak megbízott oktató

A workshop időpontja: péntek délután.

Részvevők száma (min. – max.): 8-30 fő



Hubainé Muzsnai Márta, Majsai Hideg Tünde: Reflektorfényben a szupervízió (A reflexió kedvelt és kerülendő formái a szupervízióban)

A műhelyben közösen összegyűjtjük, miképpen ösztönözzük a reflexiót a szupervízió folyamatában, majd egy konkrét eset kapcsán kipróbáljuk ezeket. A pszichodramatikus esetfeldolgozást követően megbeszéljük, hogy a reflexió mely formáit (pl. rezonálás, reflektálás, reagálás) részesítjük előnyben, illetve, hogy milyen csapdái lehetnek a reflexió ösztönzésének.

A workshopot vezeti:



Hubainé Muzsnai Márta
Szupervízor, pszichodráma vezető



Majsai Hideg Tünde
Szenior szupervízor, pszichodráma vezető

A workshop időpontja: péntek délután
Részvevők száma (min. – max.): 7-12 fő



Wiesner Erzsébet: Reflektív eltávolodás – térben, időben, szupervízióban

A szupervízió alap működés módja a reflexió, a reflektálás, ami annyit jelent, hogy az események sodrásában időnként megállunk, szemlélődünk, azaz eltávolodunk az adott pillanat érzelmi érintettségétől. Ahhoz, hogy valóban meg tudjunk állni és el tudjuk halasztani az első impulzív reakciónkat, érzelmileg – és nem csak érzelmileg, hanem gondolatban, időben, és a legtöbb esetben térben is – el kell távolodnunk attól a történéstől, amire reflektálni szeretnénk. Vajon mit is jelent ez és hogyan tudjuk megteremteni magunkban a reflektív eltávolodás terét? Hogyan segíthetjük a szupervizáltakat a reflektív eltávolodás tanulásában?

A reflexió szintjeit vizsgálva irodalmi példák, filmek és saját tapasztalatok segítségével ezekre a kérdésekre keresünk válaszokat a workshopban.

A workshopot vezeti:



Wiesner Erzsébet

Dipl.szupervizor, családterápiás képzést végzett mentálhigiénés szakember, coach, az MSZCT elnöke.

***A workshop időpontja: péntek délután
Részvevők száma (min. – max.): 5-15 fő***



Dr. Ferenczi Andrea: A bennünk rejlő művész felfedezése

Az önismereten és saját élményen alapuló interaktív műhelymunka során a „Reflexió és önreflexió a kreatív élettervezésben” című előadás témájához kapcsolódóan az alábbi kérdéseket gondoljuk végig:

- Mit tanulhatok a múltamból?
- Hogyan összpontosíthatok a bennem rejlő motiváló adottságokra?
- Miképpen hozhatok kreatív és világos döntéseket azzal kapcsolatban, hogy mire irányítsam a figyelmemet a következő években?
- Hogyan fókuszálhatok jobban a munkámra, a családomra, a barátaimra, társas kapcsolataimra és a szabadidőmre?

A workshopot vezeti:



Dr. Ferenczi Andrea Ph.D.

Egyetemi adjunktus

KRE, Pszichológiai Intézet, Személyiség- és Egészségpszichológiai Tanszék
Pszichológiát Ausztriában tanult, mediációt az Egyesült Államokban és itthon, doktori tanulmányait a Pécsi Tudományegyetemen végezte. Tíz éve vezet önismereti csoportokat különböző tematikák mentén; képez leendő mediátorokat; kutatja többek között a személyközi konfliktusok konszenzusra épülő formáit; a szavak és a szuggesztív kommunikáció hatásait, iskolai egészségpszichológiai vonatkozásait; a hála pszichológiáját. Elkötelezetten hisz abban, hogy másokhoz leginkább sebezhetőségünkön és személyes történeteinken keresztül tudunk kapcsolódni.

A workshop időpontja: péntek délután

Részvevők száma (min. – max.): 12 fő



Dr. Nemes Éva, Szarka Attila: Eltévedtem... szemléletváltás és szupervízió

Néha előfordul, hogy útjaink során egyszer csak azt érezzük, eltévedtünk... szakmai utunkon hirtelen nem is tudjuk, hol vagyunk, hogyan és miért kerültünk oda. Mik a jelei annak, hogy eltévedtünk? Hogyan tudjuk ezt felismerni? Nézőpontunk, szemléletmódunk változtatása, finomhangolása hogyan tud támogatni minket abban, hogy újra megtaláljuk a saját utunkat?

A workshopon ezekre a kérdésekre keressük a választ a szupervízió eszközeivel.

A workshopot vezeti:



Dr. Nemes Éva

Szenior szupervizor, coach, a KRE BTK Pszichológiai Intézet Továbbképző Központ oktatója, a szupervizor szakirányú továbbképzés szakfelelőse. A Magyar Szupervizorok és Szupervizor-Coachok Társasága titkára, az ANSE (Association of National Organizations for Supervision in Europe) vezetőségi tagja.



Szarka Attila

Szupervizor, coach, gyógypedagógus, gyermekvédelmi szakember. A KRE szupervizor szakirányú továbbképzésének oktatója, tanszupervizora.

A workshop időpontja: péntekdélután.

Részvevők száma (min. – max.): 8-16 fő



Répássy Helga, Pázmándi – Szakács Viktor: Kockázatvállalás, reflexió, kiegyenesedés - dalolva

Az éneklésnek tudományos mérésekkel bizonyított pozitív hatása van a személyiségre, a közösségi kompetenciák fejlesztésére, az agyműködésre. Az éneklés örömforrás. Akik azt tartják magukról, hogy nem tudnak énekelni, eltávolítják maguktól az éneklés átélését. Itt az ideje a kockázatvállalásnak.

Ebben a workshopban együtt énekelnek, akik tudnak, és akik nem. Mert nem a tudás számít, hanem az élmény.

Hogy mi történhet meg a workshopon?

- Közös daltanulás – átélni, hogy lehet énekelni énektudás nélkül is - kockázatvállalás és reflexió
- Páros éneklés – a személyesség és kapcsolat megteremtése az intim kommunikációs zónában – kockázatvállalás és reflexió
- Állj ki a csapat elé, és változtass meg valamit az eddigi betanult dalban - kockázatvállalás és reflexió
- Hallgasd meg mások véleményét – hogyan hat rád?
- Változtass – reflektálj, változtass - reflektálj
- Juss egy pontra, ami OK. (nyugvópont? tetőpont? belső kiegyenesedés?)
- Csoportos reflexió kísérlet dalban, a különbözőtől a közös felé.

A workshopot vezeti:



Répássy Helga

Okleveles szervezetfejlesztő, szupervízor, coach .
Coachként és szupervízorként 2002 óta dolgozik üzleti, szociális, közösségi és civil szektorban. SPCC akkreditációja folyamatban van.



Pázmándi – Szakács Viktor

Szervezetfejlesztő szupervízor, andragógus

A workshop időpontja: péntek délután és szombat délután
Részvevők száma (min. – max.): 10-25 fő