



VIII. Szupervíziós Szakmai Konferencia És mégis kinek a traumája?

2019. június 1. szombat

Idő	Program
9 ⁰⁰ - 10 ⁰⁰	Regisztráció
	ELŐADÁSOK
10 ⁰⁰ - 10 ⁴⁵	A változásmenedzsment perinatális gyökerei <i>Orosz Katalin</i>
10 ⁴⁵ - 11 ³⁰	A traumatizációs folyamat leképeződése a segítőben <i>Dr. Bakó Tihamér</i>
11 ³⁰ - 12 ⁰⁰	Szünet, büfé
12 ⁰⁰ - 12 ⁴⁵	Rezgések és utórezgések. A taijiquan (tai chi quan), mint a segítő komplex egészségvédelme <i>Ormay István</i>
12 ⁴⁵ - 13 ³⁰	Kiégni vagy lobogni - Kiegészítő megelőzés varázspálca nélkül <i>Dr. Versegi Beáta Mária</i>
13 ³⁰ - 15 ⁰⁰	Ebéd (hidegtálas)
15 ⁰⁰ - 18 ¹⁵	WORKSHOPOK (a regisztrációnál választandó)
	1. Fókuszban a másodlagos traumatizáció átdolgozása <i>Dr. Bakó Tihamér</i>
	2. Megszólító traumák. A film, mint a kompetenciaérlelés eszköze <i>Dr. Cserhalmi Magda</i>
	3. Váltsunk ritmust! <i>Joós Judit</i>
	4. Torlaszok vagy lehetőségek? <i>Dr. Török Mária</i>
	5. Ízelítő a tradicionális taijiquan (tai chi quan) és a Qigong (csikung) világából <i>Ormay István</i>
	6. Egyensúlykeresés <i>Dr. Versegi Beáta Mária</i>
18 ¹⁵ - 19 ⁰⁰	Plenáris zárókör
19 ⁰⁰ -tól	Alkotó szupervizorok - meglepetés program Koccintás, beszélgetés

Helyszín: KRE BTK, Buda Béla terem, 1088 Budapest, Reviczky utca 4.

Jelentkezés: [Jelentkezési lap](#)



Workshopok bemutatása

Dr. Bakó Tihamér: Fókuszban a másodlagos traumatizáció átdolgozása

Délelőtti előadásomban számba veszem a megrázó esemény hatására bekövetkező traumatizációs folyamatot. Különös hangsúlyt helyezek a segítő foglalkozásúak veszélyeztetettségére az egyes szakaszokban. Kitérek a segítőkre leginkább jellemző elhárító, elfojtó mechanizmusokra, továbbá a lehetséges adaptív, önvédő működésekre is.

A workshopon általam és a résztvevők által hozott konkrét eseteken keresztül állítjuk fókuszba a másodlagos traumatizációt. A szupervízió eszközével dolgozunk a megelőzésen, átdolgozáson, szakmai identitásunk építésén.

Résztvevők száma: max. 12 fő

A workshopot vezeti:



Dr. Bakó Tihamér

Pszichoanalitikus kiképző, pszichodráma kiképző.

Dr.Cserhalmi Magda: Megszólító traumák. A film, mint a kompetenciaérlelés eszköze

A családban átélt traumatizáltság mindig megsokszorozódáshoz vezet. A traumahordozó fő dilemmája: kimondani vagy elhallgatni? Megmutatni vagy elrejtteni?

Az a trauma, aminek a tartalma nem érinthető, értelmetlenül okoz szenvedést, a seb nem gyógyul be, időzített bombává válhat... A megosztott – s így mélyebben megértett – trauma az önfogadás érettebb szintjéhez vezethet, de át is írhatja a sorskönyvet.

A bemutatott filmrészlet csupán katalizálni szeretné a jelenlévők személyes, szakmai emléktárát, melyben megjelenhet, újraéledhet a szakember érintettsége.

Résztvevők száma: max. 12 fő

A workshopot vezeti:



Dr.Cserhalmi Magda

Klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, pszichodráma terapeuta, szupervizor.

Tevékenységek:

Képzés (KLTE, Lelki Elsősegély Telefonszolgálat)

Klinikai tapasztalat (Pszichiátriai osztály, Eger)

Szupervízió (önkéntes segítőkkal, mentálhigiénés és klinikai területen)

A filmet az utóbbi 15 évben használom a személyes, szakmai önismeret fejlesztésében.

Mottóm: Része lenni az egésznek.



Joós Judit: Váltsunk ritmust!

A workshopon finoman ízleljük a ritmusok „ízvilágát”, a lassú ringató és az erőteljes dobritmusokon keresztül figyelmünk a testközpontunkra terjed. Érzékelünk – mozgunk – táncolunk. Improvizációs technikával is megismerkedünk táncunk alatt.

Nem szükséges táncos előképzettség és speciális ruházat.

Olyan ruhában gyere, amiben jól érzed magad és szabadon tudsz mozogni.

Részvevők száma: max. 12 fő

A workshopot vezeti:



Joós Judit

A Károli Gáspár Református Egyetem szupervizor szakképzés végzős hallgatója vagyok. 20 éve foglalkozom a mozgással, a tánccal és annak az érzelmekre gyakorolt hatásával.

Óráimon, gyakorlatomban ötvözöm a Waith Flow Technikát, az Alternatív mozgásrendszer elemeit, a jógát és az American Tribal Style improvizatív táncot.

Dr. Török Mária: Torlaszok vagy lehetőségek?

A traumáink, torlaszaink önmagunkból, a környezetünkéből, kapcsolatainkból erednek és azok megoldása, a továbblépésünk és fejlődésünk lehetősége is ugyanott található.

A művészetek terapeutikus hatását spontán módon életünk során sokszor megérezzük. A rajz és a festés az önkifejezés alapvető módja. A szupervízióban precíz diagnózist nyújt, a szavakon túli kivetítése, kifejezése a problémás helyzetnek, ezáltal elősegíti a róla való kommunikációt.

A trauma kívülre helyezése nézőpontváltást, felismeréseket, megértést generál, a kreatív megoldás erőforrása.

Részvevők száma: max. 12 fő

A workshopot vezeti:



Dr. Török Mária

Senior szupervizor, coach

Szerencsés vagyok, hiszen a legelső hazai egyetemi szintű képzés keretében tanultam szupervíziót, így aktív részese lehettem e hatékony munkaforma megismertetésének.

Képzési programok akkreditálását, szervezését végeztem, országos és regionális konferenciákon előadásokat, workshopokat tartottam.

Aktív nyugdíjasként örömmel hasznosítom tapasztalataimat. A kreatív médiákat - köztük a rajzolás - szívesen használom segítő eszközként.

Saját életem krízishelyzeteiben, a nehéz érzések elengedésében, veszteségek feldolgozásában, új utakon való elindulásban is örömeket, sikert nyújtott.



Ormay István: Ízelítő a tradicionális taijiquan (tai chi quan) és a Qigong (csikung) világából

A segítő munka a segítőt „testestől-lelkestől” igénybe veszi, hiszen az alapját a klienssel kialakított intenzív, személyes kapcsolat képezi, így a lélektani terhelésen túlmenően jelentős egészségügyi kockázatot jelenthet. Ennek ellensúlyozására hasznos lehet a személyiség egészére ható tradicionális taijiquan gyakorlása. A taijiquan harcművészet, vagyis a „hatni tudás” művészete, és e jellegzetessége minden egyéb egészségmegőrző rendszertől megkülönbözteti. A tradicionális taijiquan egzotikus világát a saját tapasztalataimra és szakirodalmi adatokra támaszkodva, videókkal szemléltetve igyekszem közelebb hozni az európai hallgatóságához.

A workshopot kérdezz-felelek módon, a hallgatóság bevonásával tartom. Minden beszédnél többet mond azonban a gyakorlás, ahogy a kínaiak mondják: „Ha tízezerszer megcsináltad a formagyakorlatot, akkor már nem lesz több kérdésed”. Szeretném, ha közös gyakorlás is kialakulhatna, ez azonban nem kötelező, számítok a stabilan ülő hallgatóságra is. A gyakorlásnak kizáró feltétele nincs, csak akut betegségek, tünetek esetében ellenjavallt!

A workshop menete:

I. rész: Bemutató: A teljes „chen” stílusú 24-es formagyakorlat, majd a stílus egyéb jellegzetességeinek bemutatása

Közös gyakorlás: Előkészületek; Lazító, bemelegítő gyakorlatok; Alapállás; Súlypont süllyesztés, súlypont áthelyezés

II. rész: „Lökő kezek” páros gyakorlat bemutatása

Közös gyakorlás: Lazítás, nyújtás; A Hunyuan Qigong 3 gyakorlata; A „6 harmónia” fogalma - mozgásba áttéve

Zárás, megbeszélés

Részvevők száma: max. 20 fő

A workshopot vezeti:



Ormay István

Belgyógyász, majd holisztikus beállítódásomnak megfelelően előbb pszichiáter, később pszichoterapeuta szakorvos lettem. 2000-től csak a magánpraxisomban, elsősorban aktív-analitikus módszerű pszichoterápiával dolgozom. A taijiquan-t mozgásszervi problémáim miatt 2001-ben kezdtem el, és azóta is gyakorlom Han Kui Yuan, Magyarországon élő 19. generációs chen stílusú taijiquan nagymester egyik belső tanítványaként. Az évek során felfigyeltem a taijiquan gyakorlás és a pszichoterápiás munkám között tapasztalható analógiákra, amelyekről 2011 óta különböző szakmai fórumokon is beszámoltam. Céлом annak előmozdítása, hogy a taijiquan tradíciójában felhalmozott tudáskincset az európai orvoslás keretein belül is kamatoztatni lehessen.



Dr. Versegi Beáta Mária: Egyensúlykeresés

Az energiavesztésnek és visszatöltésének tudatos megélése aktuális egyensúlyunk megtalálásának nélkülözhetetlen eleme. A műhely során az *itt és most*-ban önmagunkhoz kapcsolódva kívánjuk erőforrásainkat feltérképezni és mozgásba hozni.

Részvevők száma: max. 12 fő

A workshopot vezeti:



Dr. Versegi Beáta Mária

Szupervizor, coach, PhD fokozatát keresztény antropológiából szerezte.

Jelenleg pedagógus fejlesztési programban dolgozik. Kiegészítő tréningeket vezet.

Szupervizor képzés gyakorlati oktatásában vesz részt.

A *Lehetőségek kiégésen innen és túl* és A *kapcsolatteremtő spiritualitás* című könyvek szerzője.

További előadók bemutatása

Orosz Katalin: A változásmenedzsmet perinatális gyökerei

Előadásomban bemutatom az összefüggést a perinatális (születés körüli) tapasztalatok és a változás menedzselése között. Életünk első nagy változása, a születés, maximális alkalmazkodást kíván, és ez további életünkben a változás mintázatát adja. Ha megtanulunk felnőtt korunkra ehhez alkalmazkodni, ha tiszteletben tudjuk tartani saját határainkat és fejlődési kapacitásunkat, hatékony változásmenedzselésre leszünk képesek. Nem az a kérdés, mennyire voltunk traumatizálva életünk első ezer napján, hanem az, hogy tudunk-e ezekről az élményeinkről, és elkezdjük-e feldolgozni az átélt tapasztalatokat.

Ennek alapján mutatom be a stressz kezelésének és a másodlagos traumatizáció megelőzésének új összefüggéseit: végső soron az emberi közösségben átélhető bizalom gyógyító hatását. Önnön magunk szűk érdekeinek meghaladása személyes életünk növekedését hozza, a világban pedig új perspektívákat nyithat.

Az előadást tartja:



Orosz Katalin

Klinikai szakpszichológus, transzperszonális terapeuta.

Perinatus Alapítvány