



**Slovenska krovna zveza
za psihoterapijo**

NACIONALNA ORGANIZACIJA - NAO
EVROPSKE ZVEZE ZA PSIHOTERAPIJO - EAP

Slovenska krovna zveza za psihoterapijo

14. ŠTUDIJSKI DNEVI SKZP – ROGLA 2017 z naslovom



Izzivi zgodnjega odraslega obdobja

od petka, 26. maja do nedelje, 28. maja 2017, Rogla, Slovenija



Prehod v odraslost kot sicer samostojno razvojno psihološko obdobje, nakazuje primarno prehodno naravo oz. nalogo obdobja in bi ga skladno z izvornim poimenovanjem lahko imenovali tudi porajajoča se odraslost. To obdobje označujejo manj jasne normativne in demografske značilnosti, ni univerzalno in je med vsemi razvojno psihološkimi obdobji, najmanj strukturirano. Raziskave kažejo na znatno heterogenost med t.i. razvitimi državami oz. skupinami držav, za katero so v Evropi značilne velike kulturno-zgodovinske, ekonomske, politične in druge razlike. Zato lahko domnevamo, da je socio-kulturno pogojeno in naj bi ne bilo utemeljeno zgolj v povezavi z možnostmi in perspektivami na področju zaposlovanja in stanovanjske politike ipd. Bolj ključne kot

ekonomske so za definicijo obdobja obsežne družbene spremembe, na katere morda tudi evolucijsko (še) nismo pripravljeni. Katere naj bi bile te ključne družbene spremembe in z njimi povezani življenjski stili?

Slovenija je bila pred časom v mednarodni študiji uvrščena na najvišje mesto glede na kategorijo osamosvajanja mladih oz. glede na »trend«
podaljševanja, pomikanja razvojnega obdobja mladostništva. Posledice, ki se kažejo zaradi pretirano zaščitniškega starševskega odnosa, mladih ne opremi dovolj z življenjskimi veščinami in notranjimi viri, da bi se bili pripravljene podati naproti življenjskim izzivom samostojne in polno odgovorne odraslosti.

Tema je z vidika sodobnega časa posebej zanimiva zaradi številnih spremenjenih življenjskih potekov v današnji družbi, negotovosti zaradi ekonomskih posledic krize in pluralizacije življenjskih stilov. Danes govorimo o mladih odraslih in spoprijemanju s številnimi novimi izzivi, tveganji, negotovostjo (pritisk na samske ženske po tridesetem, strah pred ostati sam, odpiranjem prostora različnim identitetam ipd.). Oblikovanje identitete v tem obdobju sloni na temeljnih področjih, kot so materialna suverenost in neodvisnost, vključno z vprašanjem vidika bivanja, področjem dela, prostega časa in poklica, odnosnimi vidiki ter nenazadnje področja življenjskih nazorov, vrednot ter oblikovanja okvirov smisla. Je »zakasnjena«
odraslost res samo rezultat ekonomsko težke situacije, ki mladim ne daje dovolj priložnosti, ali gre za globlji vzrok?

Iz razvojno psihološkega vidika v povezavi z razvojem mladega odraslega lahko s teorijo navezanosti, ki razlaga človekov razvoj, prepoznamo posledice za aktualne manifestacije v zgodnjem odraslem obdobju (problem neustrezne navezanosti, motnje v procesu separacije in individuacije ipd.). V tem svetu, kjer vedno bolj prevladujejo fragmentirani odnosi in kompleksni vzorci življenja, je vedno več ljudi (še posebno mladih odraslih), ki nikoli niso imeli izkušnje varne navezanosti. Na drugi strani na to obdobje lahko vplivajo tudi morebitne travmatske izkušnje iz otroštva, zaradi česar se lahko spremenijo tudi stili navezanosti. Tukaj lahko najdemo povezave s stilom navezanosti v odraslosti, objektnimi odnosi, konceptom sebe, osebnostnimi motnjami ipd.

Obdobje porajajoče se odraslosti je pogosto opisano kot čas, ki daje veliko osebne svobode in možnosti za raziskovanje življenjskih usmeritev. Kontekstu svobode števil-

nih možnosti bi morali dodati tudi s tem povezan občutek nepreglednosti in pomanjkanja orientacije. Ali niso namreč preštevilne informacije in nepregledne možnosti in okviri, ki so glede ključnih izzivov mladim na voljo, hkrati tudi neke vrste Tantalove muke, ki jih postavljajo pred izziv stalnega izbiranja, ki nima »prave« rešitve? Vse to postavlja pred velik izziv tudi psihoterapijo.

Kako naj razumevanje podaljšanega prehoda v odraslost povezujemo z doživljanjem in stiskami te skupine ljudi? Koliko je ta skupina ljudi sploh dostopna za psihoterapijo in če je, zakaj se odločijo za psihoterapijo? Kaj je zdrava intrapsihična dinamika mladega odraslega človeka? Kakšni so uspešni terapevtski koraki, ki omogočajo osebno rast v tem obdobju? Kako se lahko v dobrem terapevtskem odnosu vzpostavi varna navezanost, kako to poteka iz vidika različnih stilov navezanosti? Kakšne so psihoterapevtske možnosti in kako lahko vplivamo na družbeni ravni? Kaj ti družbeni in osebni procesi pomenijo za prihodnost družbe? Kako se podaljšan prehod v odraslost razlikuje glede na spol in kakšno vlogo ima to za psihoterapijo?

Toplo vabljeni k skupnemu iskanju odgovorov na številna porajajoča vprašanja!

dr. Tamara Trobentar, predsednica Programskega odbora SKZP, integrativna psihoterapevtka (SDP, EDP)

dr. Robert Masten, izredni profesor za klinično psihologijo, integrativni terapevt (SDP, EDP)

PROGRAMSKI ODBOR:

dr. Tamara Trobentar, predsednica

Alenka Milič, David Srakar, mag. Julijana Florjančič-Kristan

ORGANIZACIJSKI ODBOR:

Manuela Mežič, predsednica

Damijana Pipan, Boris Bole

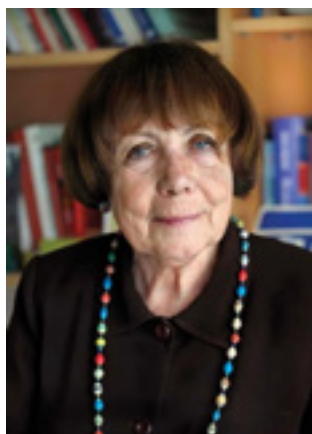
PREDAVATELJI PLENARNIH PREDAVANJ



Prof. dr. (multi) Hilarion Petzold

je študiral psihologijo, filozofijo, medicino in ortodoksno rusko religijo v Parizu, Düsseldorfu in Frankfurtu. Trenutno poučuje psihologijo in klinično gibalno terapijo na Fakulteti v Amsterdamu. Je gostujoči profesor na Univerzi v Bernu, na oddelku za klinično psihologijo, in predavatelj na univerzitetnem Inštitutu za psihologijo v Moskvi. Od leta 2001 je znanstveni vodja podiplomskega študija klinične supervizije in coachinga na Univerzi v Kremssu. Dolga leta je znanstveni direktor

Evropske akademije za psihosocialno zdravje in Fritz Perlsovega Inštituta, ki izvajata akreditirane programe izobraževanja s področja psihoterapije, tudi posebni izobraževalni program terapije otrok in mladostnikov. Ima 40 letne izkušnje terapevtskega dela s klienti v vseh življenjskih obdobjih. Je poznan kot utemeljitelj integrativne terapije in je avtor več kot 1000 znanstvenih publikacij, vključno s 76 knjigami. Sodeloval je pri projektih pomoči ljudem iz vojnih območij, kot zagovornik družbene angažiranosti (psiho)terapevtov. Kot pomoč mladim odraslim je bil leta 2014 eden od organizatorjev konference o brezposelnosti mladih v Nemčiji. V predavanju bo predstavil nekatere pomembne cilje, za katere si je treba prizadevati, da bi ublažili škodljive vplive današnjega časa na življenje mladih odraslih.



Prof. dr. Gabi Čačinovič Vogrinčič,

zaslužna profesorica, je klinična psihologinja in družinska terapevtka z Evropsko diplomom iz psihoterapije (ECP), je vse svoje znanstveno, pedagoško in poklicno delo posvetila razvoju znanosti in stroke socialnega dela. Znanstvena monografija Psihologija družine (1998) je slovenski prispevek k utemeljitvi psihologije družine kot nove psihološke discipline, znanstvena monografija Socialno delo z družino (2006, 2008) pa postavlja temelje za prakso podpore in pomoči družinam v stroki socialnega dela. V zadnjih letih proučuje procese soustvarjanja pomoči v odnosih, ki omogočajo človeku, da je ekspert iz izkušenj, ki dobi podporo strokovnjaka, spoštljivega in odgovornega zaveznika. Koncepti delovni odnos, izvirni delovni načrt

pomoči in soustvarjanja rešitev, jezik soustvarjanja, vnašajo novo paradigmo v procese podpore in pomoči, ki sežejo onkraj socialnega z družinami v novo razumevanje pomoči sploh. Zadnja leta je angažirana v soustvarjanju sprememb v šoli, na način, da bi šole omogočile vsakemu otroku uspešno učenje in osebnostno rast.

**izr. prof. dr. Robert Masten,**

je izredni profesor klinične psihologije na Oddelku za psihologijo Filozofske fakultete UL, specialist psihološkega svetovanja, psihoterapevt integrativne terapije z diplomama Evropske zveze za psihoterapijo (EAP) in EuroPsy (področje klinične in zdravstvene psihologije). S psihoterapijo in psihološkim svetovanjem, predvsem za odrasle in mladostnike, se ukvarja v okviru zasebne prakse, predhodno tudi v Slovenski vojski in v okviru Študentske psihološke

svetovalnice. Raziskovalno se ukvarja z učinkovitostjo psihoterapije, področjem rehabilitacije po ortopedskih operacijah, s področjem stresa, zasvojenostmi idr. Trenutno je član Sekcije za področje psihoterapije in psihološkega svetovanja pri Društvu psihologov Slovenije (DPS) in član Delovne skupine za podeljevanje specialistične diplome EuroPsy za področje psihoterapije (NAC-S) ter član Komisije za etiko FF UL. Je tudi recenzent prispevkov pri različnih znanstvenih revijah in drugih publikacijah ter član v uredniških odborih znanstvenih revij. Je mentor ali somentor približno stotim študentom pri različnih stopnjah diplom.

PROGRAM SREČANJA

Petek, 26. 5. 2017

- 08:30 10:00 Registracija
 10:00 10:30 POZDRAVNI GOVOR
 dr. Tamara Trobentar, predsednica Programskega odbora,
 integrativna psihoterapevtka
 Tomaž Flajs, predsednik SKZP, geštalt terapevt
 10:30 12:30 PLENARNO PREDAVANJE:
»Poti in stranpoti med mladostništvom in zgodnjo odraslostjo«.
 izr. prof. dr. Robert Masten, integrativni terapevt
 12:30 14:30 Kosilo
 14:30 16:30 DELAVNICE
 16:30 17:00 Odmor s kavo in čajem
 17:00 19:00 PLENARNO PREDAVANJE: **Izzivi zgodnjega odraslega obdobja danes: soustvarjanje družine, soustvarjanje družbe**
 prof. dr. Gabi Čačinovič Vogrinčič, družinska terapevtka
 19:00 21:00 Večerja
 21:00 KULTURNI VEČER: **»Da v bolečini ne bomo sami«** - tematski pogovorni večer o psihoterapiji skozi osebno perspektivo z Manco Košir, Gabi Čačinovič Vogrinčič in Tomažem Flajsom

Sobota, 27. 5. 2017

- 7:00 7:45 MEDITACIJA ali JOGA
 7:45 9:00 Zajtrk
 09:00 10:30 PANEL: **Etika v psihoterapiji**
 Gostje: dr. Rudi Kotnik, Tone Dolčič, Andrej Pitako
 10:30 11:00 Odmor s kavo in čajem
 11:00 13:00 DELAVNICE
 13:00 15:00 Kosilo
 15:00 17:00 PLENARNO PREDAVANJE: **Zgodnja odraslost – mladi moški in ženske - pomembna naloga za sodobno, na vidik spola pozorno psihoterapijo** prof. dr. (multi) Hilarion Petzold, integrativni terapevt
 17:00 17:30 Odmor s kavo in čajem
 17:30 19:30 OKROGLA MIZA: **«Izzivi zgodnjega odraslega obdobja» – Interdisciplinarni pogled.** Moderator: dr. Tamara Trobentar
 Gostje: prof. dr. Gabi Čačinkovič Vogrinčič, as. dr. Boštjan Bajec, dr. Milko Poštrak, prof. dr. Metka Kuhar, prof. dr. Hilarion Petzold
 21:00 22:00 SLAVNOSTNA VEČERJA
 22:00 DRUŽABNI VEČER: Večer glasbe in plesa

Nedelja, 28. 5. 2017

- 7:00 7:45 MEDITACIJA ali JOGA
 7:45 9:00 Zajtrk
 09:00 11:00 DELAVNICE
 11:00 11:30 Odmor s kavo in čajem
 11:30 13:30 PLENARNI ZAKLJUČEK: **Trenutni položaj psihoterapevtske dejavnosti v slovenskem prostoru. Interaktivni pogovor o prizadevanjih SKZP za normativno ureditev psihoterapije.**
 13:30 ZAKLJUČEK

URNIK DELAVNIC

Petek, 26. 5. 2017

14:30 - 16:30

1. Janko Bohak: **Izzivi in razvojni zapleti zgodnje odraslosti**; (15 udeležencev)
DELAVNICA, PRIKAZ PRIMERA
2. Ksenija Lekić, Nuša Konec Juričič: **Realnost prehoda mladih odraslih iz spletne svetovalnice v psihoterapijo**; (neomejeno); DELAVNICA, PREDSTAVITEV RAZISKAVE (DELAVNICA ODPOVEDANA)
3. Julijana Florjančič Kristan, Damjan Kolarič: **Odpravljanje in lajšanje kriz v zgodnjem odraslem obdobju**; (12 udeležencev),
DISKUSIJSKA DELAVNICA
4. Tomaž Flajs: **Geštalt terapija, principi, razvoj**, Bob Resnick 1. DEL; (56 udeležencev); PREDAVANJE
5. Tina Bončina: **Terapija otrok in mladostnikov (Logosinteza za procesiranje travmatičnih spominov)**; (neomejeno); PREDAVANJE, PRIKAZ PRIMERA
6. Jan Kovačič: **Tehnike za podporo mladim pri obvladovanju stresa na podlagi njihovih driverjev ob vstopu na trg dela**; (20 udeležencev);
DELAVNICA

Sobota, 27. 5. 2017

11:00 – 13:00

1. Sabina Gombač, Jana Potočnik: **Brainspotting – učinkovita metoda za predelavo travme**; (ni omejitev); DELAVNICA
2. Cvijeta Pahljina: **Sindrom »Trnuljčica«**; (neomejeno) PREDAVANJE
3. Tomaž Flajs: **Geštalt terapija, principi, razvoj**, Bob Resnick; 2. DEL; (15 udeležencev) DELAVNICA
4. Heliodor CVETKO: **Psihoterapevtsko delo z mladim odraslim človekom s pomočjo kreativne tehnike »Risanje drevesa«**; (15-18 udeležencev);
DELAVNICA
5. Irena Valdes, Ajda Perme: **Predstavitve likovne terapije in prikaz poteka likovne terapije**; (neomejeno); PRIKAZ PRIMERA, PREDAVANJE (ODPOVEDANO)
6. Vladka Pacek, Simona Prosen: **Transformacija v odraslost – Katere priložnosti si zamudil, ker se ti je zdelo, da bi bil nelojalen?**; (15-20 udeležencev);
DELAVNICA

Nedelja, 28. 5. 2017

09:00 – 11:00

1. Aleksandra Deu Bajd, Nives Voloder Hari, Andreja Kozlevčar, Helena Weigluny: **Veš psihoterapevt, svoj dolg?** OKROGLA MIZA NA TEMO PSIHOTERAPEVTSKE POMOČI BEGUNCEM; Mentor: Tomaž Flajs; (neomejeno)
2. Lidija Bašič Jančar: **Vztrajanje v partnerskem odnosu – rana li izziv za nekaj več?**; (neomejeno); PRIKAZ PRIMERA
3. Hilarion Petzold: **Young adulthood - a dynamic developmental task (»Mladi odrasli – dinamična razvojna naloga«)**; DELAVNICA poteka v angleškem

- jeziku)
4. Ajda Perme, Irena Valdes: **LIKOVNA TERAPIJA. Izkustvena delavnica**; (20 udeležencev); (DELAVNICA ODPOVEDANA)
 5. Mina Paš, Marko Vide: **Integrativna psihoterapija in ayahuasca: primerjava zdravilnega potenciala spremenjenih stanj zavesti s psihoterapevtskim procesom**; (30 udeležencev); (DELAVNICA ODPOVEDANA)
 6. Miloš Židanik: **Terapevtske intervence, usmerjene na odnos do živali kot indikator medosebnih odnosov z ljudmi** (neomejeno) (PREDAVANJE ODPOVEDANO)

POVZETKI PREDAVANJ IN DELAVNIC

PLENARNA PREDAVANJA

Dr. ROBERT MASTEN: »Poti in stranpoti med mladostništvom in zgodnjo odraslostjo«

V predavanju bodo predstavljene značilnosti obdobja porajajoče se odraslosti oz. prehoda v odraslost ter tudi razmišljanje o okoliščinah, ki botrujejo definiranju »vri-njenega«, novega razvojnopsihološkega obdobja. Izhodišče za osvetlitev morebitnih posebnosti psihoterapije posameznikov v tem razvojnem obdobju bo aspektivna analiza vloge aktualnih družbeno-ekonomskih dejavnikov, retrospektivni pogled na kontinuitete družbeno-ekonomskih dejavnikov oz. na tradicije družbeno zgodovinskih specifik, ki so značilne za posamezne dele Evrope oz. Zahodnega sveta ter pogled na možnosti, ki jih imajo mladi na prehodu v odraslost.

Na osnovi hipotez glede »narave« razvojnopsihološkega obdobja bo podano razmišljanje glede smernic, ki jih značilnosti obdobja nakazujejo za psihoterapijo v tem obdobju. Ali je oz. na kakšen način je morda psihoterapija oseb v tem razvojnem obdobju specifična, tako kot je specifična psihoterapija otrok in psihoterapija mladostnikov. Vse to bo obravnavano v kontekstu aktualnih družbenih in strokovnih okoliščin.«

Dr. GABI ČAČINOVIČ VOGRINČIČ: »Izzivi zgodnjega odraslega obdobja danes: soustvarjanje družine, soustvarjanje družbe«

Koncept soustvarjanja zajame bistveno v spremembi vloge mladega odraslega in njegovega deleža v družini in družbi. S konceptom soustvarjanja definiramo kar je novega v vlogi otroka in mladostnika ter s tem novo izhodišče za ravnanje mladega odraslega. V družini gre za to, da se slišijo vsi glasovi v odprtih prostorih za pogovor, ki omogočajo soustvarjanje dela in učenja, skupaj z izkušnjo udeleženi in odgovornosti. Teme so psihodinamika družinske skupine, mladi odrasli v družini in družinske potrebe, spoštovanje otroštva, zaveznitvo med staršema, varovanje generacijskih razlik. Odhod iz družine: nerešljiva drama ločitve med starši in otroci. Na ravni družbe je mladim odraslim nalogo postavil že Stephane Hessel: zavrniti nesprejemljivo, ustvariti novo, izumiti neznano. V skupnem svetu mladih, starih in tistih vmes.

Prof.dr.(mult) HILARION PETZOLD: »**Zgodnja odraslost – mladi moški in ženske - pomembna naloga za sodobno, na vidik spola pozorno psihoterapijo**« (»*Young adulthood (YA) – young men and women – an important task for modern, gender-sensitive Integrative Therapy*«)

Zgodnja odraslost, žensk in moških, je pomembna tema za moderno (psiho)terapijo, ki mora biti orientirana na empirično »*razvojno psihologijo celotne življenjske dobe*« – pogosto zanemarjeno s strani večine konvencionalnih psihoterapevtskih šol. »*Razvojne naloge*« tega obdobja so zelo pogosto odločujoče za celotno življenje posameznika. Obstajajo štirje najpomembnejši cilji, na katere se je potrebno osredotočiti pri mladih odraslih in sicer:

1. krepitev osebnosti in razvoj identitete v dramatično spreminjajočem se in zahtevnem svetu, zaradi njihove lastnosti plastičnosti možganov,
2. zmanjševati stres in pritisk po dosežkih ter upočasniti pospešen življenjski slog,
3. učinkovito zdravljenje zgodnjih manifestacij psihopatologije (depresijo, anksioznost, osebnostne motnje),
4. podpora in spodbujanje razvoja salutogenetskega »zdravega in gibalno aktivnega načina življenja«

PREDSTAVITEV PREVODA KNJIGE Irvina D. Yaloma: Darilo terapije, prevajalka mag. Maja Krajnc

DELAVNICE,

1. JANKO BOHAK: univ.dipl. psiholog, psihoanalitik, Slovenska podružnica ECPP

Naslov: **Izzivi in razvojni zapleti zgodnje odraslosti**

Oblika prispevka: workshop

Maksimalno število udeležencev: 15

Ključne besede: razvojne naloge, zgodnja odraslost, beg v odraslost, oklepanje otroštva

Razvojne naloge zgodnje odraslosti zadovoljivo izpolnijo mladostniki, ki v zgodnejših, zlasti predojdpalnih razvojnih fazah ne doživljajo večjih prikrajšanj (razvojnih deficitov) ali travm s strani pomembnih oseb, zlasti staršev. Znana in nešteto krat potrjena je trditev: adolescenca je druga izdaja zgodnjega otroštva. Pomanjkljivo opravljene razvojne naloge zgodnjega otroštva se v adolescenci začnejo kazati v različnih težavah, simptomih in manjšo odpornostjo pred boleznimi in s tem v slabši pripravljenosti za prestop zadnjega praga v odraslost.

Prepoznavamo dvoje obrambnih drž: beg v odraslost in oklepanje otroštva. Prve se poslužujejo mladostniki, ki v otroštvu doživljajo psihosocialne ali materialne prikrajšanosti ali travme. Drugo obrambno držo pa prepoznavamo pri mladostnikih, katerih otroštvo je potekalo v pretiranem zaščitništvu ali razvajanju na nekem pomembnem področju. Tudi s tem so prikrajšani za pomembne izkušnje postopnega prakticiranja odraslosti, prevzemanja razvojno primerne odgovornosti, upoštevanja meja, tudi meja

lastne svobode, skratka vsega, brez česar ne bodo kos razvojnim nalogam zgodnje odraslosti.

Za današnje generacije je toliko teže prestopiti prag v zgodnjo odraslost, saj smo jim tako ali drugače slikali utvaro, da bodo imeli odprte vse možnosti, a se nazadnje znajdejo pred zaprtimi vrati in ne dobrodošli v svetu odraslih spričo aktualnih družbenih razmer. Neredki pa vidijo prihodnost v tako brezizhodni luči, da bolj ali manj zavestno sklenejo: »Jaz se tega ne grem«. Nekateri od teh pogumno iščejo alternativne poti, drugi se predajajo stranpotem. A tu se začenja sociološka in širša družbena analiza, kot jo v svojih knjigah opravlja italijanski psihoanalitik in filozof Umberto Galimberti.

2. KSENIJA LEKIĆ, univ. dipl. novinarka, gestalt izkustvena psihoterapevtka (ECP), Nacionalni inštitut za javno zdravje
NUŠA KONEC JURIČIČ, dr. med., specialistka socialne medicine in javnega zdravja, Nacionalni inštitut za javno zdravje –CE vodja službe za nenalezljive bolezni
MOJCA VATOVEC, sistemska družinska terapevtka, psihoterapevtka, Center za psihološko svetovanje Posvet, družinska mediatorka, NLP coach in mediator trener
Petra Tratnjek, univ. dipl. sociologinja, Nacionalni inštitut za javno zdravje
Marjan Cugmas, mag. uporabne statistike, Fakulteta za družbene vede

Naslov: **Realnost prehoda mladih odraslih iz spletne svetovalnice v psihoterapijo;**

Oblika prispevka: predavanje, ki je zaradi premajhnega števila prijavljenih odpadlo
 Maksimalno število udeležencev: 56

Ključne besede: mladi odrasli, študentje, spletna svetovalnica, službe pomoči, ekonomsko dostopne svetovalnice

V mladinski spletni svetovalnici www.tosemjaz.net Nacionalnega inštituta za javno zdravje imamo skozi analize spletnih vprašanj vpogled v dozorevanje slovenske mladine, tudi v težave, hrepenenja in potrebe na življenjskem prehodu v odraslost. Najstarejša skupina naših spletnih uporabnikov je v starosti od 18 do 21 let. Zanimalo nas je, katere stiske doživljajo, ko anonimno poiščejo nasvet strokovnjaka na spletu. Predvsem nas je k raziskovanju vsebine spletnih vprašanj nagovorila dilema, o kateri bomo spregovorili na delavnici: kako realen (uresničljiv) je za skupino mladih odraslih prehod iz iskanja strokovne opore na spletu v osebno svetovalno ali psihoterapevtsko pomoč – kadar jo potrebujejo.

Rezultati analize 858 spletnih vprašanj mladih odraslih iz petletnega obdobja (2012-2016) nam kažejo, da 32% vprašanj namenijo vsebinam duševnega zdravja in medosebnim odnosom. 10% njihovih vprašanj uvrščamo v posebno vsebinsko kategorijo, v kateri spremljamo krizna stanja (motnje hranjenja, samopoškodovalno vedenje in samomorilnost), ki so v dobi petih let v porastu. Pogled skozi analizo spletnih podatkov nam odstira mnogotere stiske, v katerih bi mladi odrasli potrebovali psihoterapevtsko podporo. Na delavnici se bomo posvetili razumevanju razpoložljive sistemske pomoči na področju duševnega zdravja. Kje zaznavamo vrzeli v virih pomoči, ko govorimo o mladih odraslih, denimo o populaciji študentov, ekonomsko odvisnih od staršev, težje zaposljivih, v procesu oblikovanja identitete in iskanja življenjskih usmeritev? Kako je s študentskimi in drugimi ekonomsko dostopnejšimi svetovalnicami? V katerih službah pomoči mladi odrasli sploh lahko rešujejo svoje čustvene stiske? In še - preden odra-

stejo – kako uresničujemo organizirane preventivne pristope na področju duševnega zdravja otrok in mladostnikov, glede na to, da ima 50 odstotkov vseh duševnih motenj v odrasli dobi svoje pričetke v otroštvu ali adolescenci?

3. JULIJANA FLORJANČIČ KRISTAN, univ. dipl. socialna delavka, sistemska psihoterapevtka, specialistka za socialno delo v zdravstvu, Društvo za sistemsko psihoterapijo Slovenije

DAMJAN KOLARIČ, univ.dipl. soc. del., sistemski družinski terapevt, zaposlen MD Jarše kot vzgojitelj, Društvo za sistemsko psihoterapijo.

Naslov: Odpravljanje in lajšanje kriz v zgodnjem odraslem obdobju

Oblika prispevka: diskusijska delavnica

Maksimalno število udeležencev: 12

Ključne besede: zaljubljenost v mir, izumiteljstvo, dinamit, Nobelove nagrade, nasilje – fizično, spolno, psihično, vzpostavljanje kontrole, priložnosti, svoboda, enake možnosti

Prehod v odraslost ali zgodnje odraslo obdobje je polno izzivov, pričakovanj, hrepenenja in upanja. Za nekatere polno priložnosti in odprtih možnosti, za druge polno stisk, neugodnih možnosti in kriz, velikokrat tudi katastrof. Zanimiv je pogled na to obdobje Berthe Von Suttner, prijateljice Alfreda Nobela, ki je leta 1905 dobila Nobelovo nagrado za mir. Že leta 1889 je Bertha von Suttner napisala svojo prvo knjigo na temo vojne Dol z orožjem!

Izziv naše debatne delavnice bo vprašanje, kako da imajo nekateri ljudje v zgodnjem odraslem obdobju veliko priložnosti, ki jih lahko s svojo močjo, odločnostjo in inteligenco izkoristijo za nadaljnje življenje in ustvarjanje kariere, mnogi pa te priložnosti nimajo in to se je močno dotikalo tudi Berthe von Suttner. To je posebni izziv in tema tudi psihoterapije, saj se k nam zatekajo prizadeti ljudje, ranjeni v otroštvu ali puberteti ali adolescenci ali ob vstopu v porajajočo odraslost, ko naj bi se odprle številne možnosti: za dokončanje študija, za zaposlitev, za oblikovanje družine itn. Ponavadi se zatika prav tistim, ki so na poti svojega razvoja doživeli travmo, največkrat prav v družinah, ki bi morale biti varno gnezdo za oblikovanje in razvoj zdrave osebnosti. In kriza mladih je tudi zato, ker smo danes priča vse večjemu nasilju, ubijanju in mučenju med mladimi in nad mladimi, celo s sporočilom: Ubija se v imenu vere!

Izziv naše debatne delavnice bo vprašanje, na katero bomo skušali odgovoriti: kdo je odgovoren za takšno stanje? Družba, država, posamezniki...? Bi lahko storili kaj drugače, da bi vsi solidno živeli in da bi ohranili človeško dostojanstvo vse življenje, do smrti? V delavnici z naslovom Odpravljanje in lajšanje kriz v zgodnjem odraslem obdobju si bomo skušali odgovoriti tudi, kako lahko pomaga psihoterapija.

4. TOMAŽ FLAJS: terapevt, edukator in supervizor geštalt terapije z mednarodnimi izkušnjami, prof. franc. in angl, EDP, dipl. GPTI, cert. GATLA, redni član EAGT

Naslov: **Sodobna geštalt terapija, 1. DEL**

Oblika prispevka: predavanje

Maksimalno število udeležencev: 56

Ključne besede: geštalt terapija, principi, razvoj, Bob Resnick

Več kot pol stoletja je minilo, odkar je Fritz Perls, eden od začetnikov geštalt terapije, poleg Carla Rogersa in Alberta Ellisa demonstriral svoj pristop v polurnem posnetku dela z Glorio. Terapevtski slog njegove žene, Laure Perls, je bil v primerjavi z njegovim bolj minimalističen in precej manj dramatičen in nekoč je dejala, da je toliko geštalt terapij, kot je geštalt terapevtov. In vendar lahko govorimo o geštalt terapiji kot eni psihoterapevtski šoli, saj sloni na principih, ki so skupni vsem geštalt terapevtom. Na delavnici si bodo udeleženci lahko ogledali nedavni posnetek psihoterapevtskega dela. V vlogi terapevta je Bob Resnick, ki je neposredni učenec Fritza Perlsa. S pomočjo posnetka in osebnih odzivov udeležencev delavnice nanj bodo predstavljeni temeljni principi geštalt terapije in njen razvoj do današnjega dne.

5. TINA BONČINA: dr. med., zaključila študij transakcijske analize pri dr. Zoranu Milivojeviću, Master Practitioner, Logosinteza

Naslov: **Terapija otrok in mladostnikov (Logosinteza za procesiranje travmatičnih spominov)**

Oblika prispevka: prikaz primera

Maksimalno število udeležencev: 56

Ključne besede: procesiranja, travma, otroci, mladostniki

Logosinteza je razmeroma nova metoda za procesiranje travmatičnih spominov, ki temelji na vzpostavljanju pretoka misli, odzivov in energije. Osnovna predpostavka je, da so določene vsebine zamrznjene oziroma disociirane. Te disociirane vsebine raziskujemo s pomočjo mentalnih slik. S posebno oblikovanim postopkom lahko sprostim te zamrznjene vsebine, s čimer se spremenijo mentalne slike ter odziv nanje. Sledi integracija, kjer nove odzive in spoznanja vključimo v nove odločitve.

Metoda je učinkovita, ker omogoča, da določene vsebine ozavestimo brez dolgotrajnega trpljenja in verbalizacije. Pri otrocih je to prednost, saj nimajo kognitivnega aparata, da bi določene vsebine razumeli, kaj šele razložili. Izražanje preko slik jim je povsem naravno in zato sta raport in stik boljša. Primerna je za razbremenitev travmatskih spominov, iracionalnih prepričanj in skriptnih odločitev, arhaičnih introjektov in fantazij ali želja. Učinkovita je tudi pri terapiji tikov, jecljanja, treme, pomanjkanju koncentracije in hiperaktivnosti.

Splošno prepričanje, da je jezik psihoterapije otrok igra, pri tem pristopu ne velja. Pri terapiji z logosintezo nismo omejeni s tem načinom. Tudi natančna anamneza in heteroanamneza nista pogoj za delo. Dovolj je doživljanje posameznika, ki je tu edino relevantno.

6. JAN KOVAČIČ: univ. dipl. psiholog, edukant transakcijske analitične psihoterapije (IPSA), član društva Sinta in Društva psihologov Slovenije

Naslov: Tehnike za podporo mladim pri obvladovanju stresa na podlagi njihovih »driverjev« ob vstopu na trg dela

Oblika prispevka: workshop

Maksimalno število udeležencev: 20

Ključne besede: driverji, zgodja odraslost, prva zaposlitev, stres

Izkušnje, s katerimi se mladi srečujemo v svojem vsakdanu, je včasih težko razumeti, sploh če prihajate iz druge generacije. Naša življenja so mnogokrat navzven videti prijetna, naše kariere uspešne in naše priložnosti zelo privlačne. Mnogokrat pa je slika drugačna. Stiske, prepovedi in zapovedi pogosto povzročijo razvoj negativne samopodobe in nizkega samospoštovanja. Vendar lahko mladim ponudimo model za obravnavo njihovih stisk, ki ga lahko v obliki izkustvenega dela uporabite tudi vi pri svojem delu. Cilj je doseči izkušnjo, ki krepí realno samopodobo in pozitiven občutek samozavedanja v generaciji, ki je doživela permisivno vzgojo in ki se ji do svojega 20. leta ni bilo potrebno odločati. Delavnica bo namenjena izkustvenemu delu in spoznavanju z metodologijo razvito na teoriji »driverjev«, ki predstavlja hkrati osebnostno moč in tudi nevarnost na poti k doseganju ciljev.

PANEL: ETIKA V PSIHOTERAPIJI

Pri svojem delu se psihoterapevti srečujemo z občutljivimi vsebinami posameznika, ki v situaciji, ko je ranljiv, potrebuje našo pomoč in podporo. Da lahko spregovori o svoji bolečini, o svojih težavah in stiskah, mu moramo zagotoviti varno okolje, spoštovati nujno potrebno zaupnost, skratka delovati v skladu z etičnimi standardi, h katerim smo zavezani.

Namen panelne diskusije je osvetliti problematiko, ko na področju našega dela pride do spodrseljavev, napak ali celo do poškodovanja klientov. Razpravljalci bodo govorili o etični drží kot o osebnostni lastnosti, o tem, kakšna je naša (ne)občutljivost za neetično ravnanje, kako smo v naši organizaciji reševali primere kršitev etičnega kodeksa, itd. Seznanili se bomo z vrstami pritožb na delo (psiho)terapevtov, zanimivo pa bo slišati tudi izkušnje pravnika, ki se ukvarja izključno z medicinskim pravom.

Gostje:

izr. prof. dr. Rudi Kotnik, geštalt terapevt, (ECP, SDP), učitelj in supervizor geštalt terapije, zaposlen na Filozofski fakulteti Univerze v Mariboru

Tone Dolčič, univ. dipl. pravnik, namestnik varuhinje človekovih pravic, ukvarja se predvsem s področjem otrokovih pravic ter socialne varnosti

Andrej Pitako, univ. dipl. pravnik (študiral v Ljubljani in v Frankfurtu ob Maini), odvetnik, ki se edini v Sloveniji ukvarja z medicinskim pravom

7. SABINA GOMBAČ: univ. dipl. soc. pedagoginja, diplomirana integrativna psihoterapevka (IIPA in EAIP, EDP)

JANA POTOČNIK: univ. dipl. komunikologinja, specializantka integrativne psihoterapije (IPSA), članica Slovenskega društva za integrativno psihoterapijo in transakcijsko analizo (SINTA).

Naslov: **Brainspotting – učinkovita metoda za predelavo travme**

Oblika prispevka: workshop

Maksimalno število udeležencev: 48

Ključne besede: brainspotting, travma, psihoterapija

Brainspotting je izjemno učinkovita psihoterapevtska metoda, ki omogoča identifikacijo, procesiranje in predelavo nevrofizioloških izvorov travme, disociacije ter širokega spektra psiholoških in telesnih simptomov. Omogoča dostop do dogodkov in simptomov, ki so izven dosega zavestnega uma in jezikovne zmožnosti, kamor zgolj pogovorna terapija ne poseže. S svojim delovanjem aktivira in pospešuje naravno sposobnost organizma za samozdravljenje. Brainspotting je učinkovita metoda za zdravljenje travmatskih izkušenj zgodnjega otroštva; travm, ki so posledica fizičnih bolezni, nesreč, vojne, naravnih katastrof; športnih travm; transgeneracijskih travm; psihosomatskih obolenj; težav s pozornostjo in koncentracijo; kronične utrujenosti; izgorelosti, anksioznosti in fobij. Poleg tega je zelo učinkovita za razvoj kreativnosti in notranjih potencialov.

Metodo, ki jo dandanes uporablja na tisoče terapevtov po celem svetu, je leta 2003 odkril dr. David Grand. Predstavlja integracijo relacijske psihoterapije ter terapije, ki temelji na najnovejših spoznanjih o delovanju možganov (brain-based therapy). Kot terapevtsko sredstvo ga je mogoče integrirati v številne psihoterapevtske pristope. Temeljno spoznanje Brainspottinga je naravni fenomen »Kamor gledamo, vpliva na to, kaj doživljamo«.

Na izkustveni delavnici bo predstavljeno odkritje in razvoj Brainspottinga, glavni teoretski koncepti, razlikovanje od pogovorne terapije, njegovo delovanje in učinkovanje ter demonstracija terapije.

8. CVIJETA PAHLJINA: dr. med., specialistka psihiatrije, logoterapevka, Slovensko logoterapevtsko društvo LOGOS

Naslov: **Sindrom Trnuljčica**

Oblika prispevka: workshop

Maksimalno število udeležencev:

Ključne besede: eksistenčna vprašanja, smisel, naloge, svoboda, odgovornost

Prispevek bo obravnaval pojav »no future generation«, ki smo ga imenovali: »Sindrom Trnuljčica«. Iskali se bodo odgovori na vprašanja, ki se ob tem porajajo, na podlagi lastnih empiričnih ugotovitev (analiza primera), ter eksistencialne analize in logoterapije Viktorja Frankla. Ta znameniti nevropsihiater 20. stoletja je opisoval psihopatologijo današnjega časa in ponujal logoterapevtska zdravila, ki izhajajo predvsem iz človekovega duhovnega jedra. Njegova učenka Elisabeth Lukas je k temu dodala še

zdravila v obliki zgodb in pravljic oz. biblioterapije. Oba sta ugotavljala, da se današnjega bolnega sveta ne da spremeniti s pomočjo opisovanja nevarnosti, ki nam grozijo, ampak le z dejanji ljubezni. Kaj pa ljubezen je, je vprašanje, o katerem je pomembno zavzeti stališče. V interaktivnem delu delavnice bomo iskali odgovore na bistvena eksistenčna vprašanja, na pomembnost življenja, na vprašanje minljivosti, na iskanje virov moči. Kaj pomeni teza Viktorja Frankla, da » družba ni zdrava, a je ozdravljiva«, če se aplicira na zgodnje odraslo obdobje?

9. TOMAŽ FLAJS: terapevt, edukator in supervizor geštalt terapije z mednarodnimi izkušnjami, prof. franc. in angl, EDP, dipl. GPTI, cert. GATLA, redni član EAGT

Naslov: Sodobna geštalt terapija, 2. DEL

Oblika prispevka: workshop

Maksimalno število udeležencev: 15

Ključne besede: geštalt terapija, principi, razvoj, Bob Resnick

V drugem delu delavnice bo po krajšem uvodu in skupinskem ogrevanju potekala demonstracija lastnega geštaltističnega pristopa s prostovoljcem – udeležencem delavnice. Po demonstraciji, ki ji bo sledil osebni odziv udeležencev, bo sledila konceptualizacija lastnega dela in povezovanje le-tega s predstavitvijo načel geštalt terapije iz prvega dela delavnice. Glede na to, da oba dela delavnice skupaj predstavljata celoto, je za udeležence drugega dela obvezna tudi udeležba na prvem delu, saj bodo le tako lahko sledili konceptualizaciji avtorjevega prikaza terapije. Poleg tega je za vzpostavitev dovolj varnega in zaupnega ozračja, ki je potrebno za terapevtsko delo 'v živo', pomembno, da so se udeleženci imeli predhodno možnost vsaj deloma medsebojno spoznati.

10. HELIODOR CVETKO: univ.dipl.psiholog, integrativni terapevt (Petzold) in supervizor, član Slovenskega društva za integrativno terapijo

Naslov: Psihoterapevtsko delo z mladim odraslim človekom s pomočjo kreativne tehnike »Risanje drevesa«

Oblika prispevka: workshop

Maksimalno število udeležencev: 15-18

Ključne besede: tipični problemi mladega odraslega človeka, Risanje drevesa, psihoterapevtski proces

Risanje drevesa (Risanje sadnega drevesa) po Karlu Kochu spada med zahtevnejše osebno projektivne teste, je pa lahko zelo koristen pripomoček za spoznavanje klienta v njegovem življenjskem prostoru. V delavnici bodo sicer nakazani osnovni principi razumevanja, aplikacije in tolmačenja risbe po Kochu (klasična psihološka diagnostika), podrobneje predstavljena pa bo širša možnost uporabe Risanja drevesa v psihoterapevtskem procesu.

Uporaba kreativnih medijev, kamor Risanje drevesa tudi spada, pa ni le metoda psihoterapevtske diagnostike, temveč hkrati tudi pripomoček za določanje nadaljnjih terapevtskih korakov. Eksternalizacija problematike (projekcija v lik drevesa) omogoča lažjo (stvarno) obravnavo, pristopanje z različnih zornih kotov, ustvarjalno iskanje

rešitev in udejanjanje potrebnih sprememb znotraj projicirane materije. To pa je lahko ključni moment za ugotavljanje, planiranje in izvedbo sprememb v realnem življenju klienta.

Kako se tipični problemi mladega odraslega človeka zrcalijo v podobi narisane drevesa? Npr. brezvoljnost oz. depresivno stanje, ali šibki ego oz. nizka samozavest, izguba stika z realnostjo.... Prikazani bodo posamezni primeri iz avtorjeve psihoterapevtske prakse, pa tudi materiali nastali tekom same delavnice.

11. IRENA VALDES, likovna terapevtka, magisterij iz likovne terapije,
Društvo TERINOVA

AJDA PERME, likovna terapevtka. MA likovna terapija,
Društvo TERINOVA

Naslov: **Predstavitev likovne terapije in prikaz poteka likovne terepije**

Oblika prispevka: workshop, ki je odpadel zaradi premajhnega števila prijavljenih
Maksimalno število udeležencev: 15

Ključne besede: likovna terapija, prikaz primera, zgodnje odraslo obdobje

Likovna terapija bo kmalu zabeležila stoletnico kliničnega obstoja v svetu, vendar je ta edinstveni pristop v Sloveniji le slabo uveljavljen. Likovna terapija je cenjen psihoterapevtski pristop zaradi svoji neinvazivnosti in učinkovitosti pri delu z otroci, mladostniki in tudi vsemi tistimi, ki se težko verbalno izražajo. Elemente likovne terapije v svoji praksi uspešno uporabljajo psihologi in psihoterapevti z namenom izražanja neizgovorljivega.

Likovna terapija združuje kombinacijo verbalne in likovne modalitete v terapiji. Elementi likovne modalitete omogočajo široko izbiro materiala (svinčnik, oglje, barvice, akvarel, akrilne barve, pasteli, glina...) in tehnik likovnega izražanja (risanje, slikanje, modeliranje, kolažiranje...). Odnos udeleženca do materiala in njegov izbor tehnik se že sam po sebi izkaže kot bogat vir informacij za likovnega terapevta. Obratno daje terapevtu uporaba različnih materialov in tehnik v terapiji možnost vpliva na mehanizme, potrebne za napredovanje udeleženca v psihoterapevtskem procesu. Strokovnost na področju obeh modalitet je ključna in omogoča likovnemu terapevtu, da kar najbolje katalizira samoizraz udeleženca.

Pri delu z udeleženci v zgodnjem odraslem obdobju likovno izražanje, kot je npr. risanje, slikanje, modeliranje, spodbuja inovativno mišljenje in fleksibilnost v iskanju rešitev. Likovno izražanje lahko ponudi hitrejšo pot do osrednje tematike psihoterapije kot verbalno izražanje, saj posameznik pri likovnem izražanju obide verbalne obrambne mehanizme. Terapija skozi likovno izražanje daje udeležencu občutek, da prihaja do napredka z uporabo lastnih virov ter na tak način preprečuje občutek izgube kontrole in spodbuja samostojnost.

11. VLADKA PACEK: univ. dipl. socialna pedagoginja, psihodramska psihoterapevtka (ECP), transgeneracijska psihoterapevtka, Slovensko društvo za psihodramo
SIMONA PROSEN: univ.dipl.psihologinja, psihodramska psihoterapevtka (ECP), Slovensko društvo za psihodramo

Naslov: Transformacija v odraslost – Katere priložnosti si zamudil, ker se ti je zdelo, da bi bil nelojalen?

Oblika prispevka: workshop

Maksimalno število udeležencev: 15-20

Ključne besede: transgeneracijska terapija, psihodrama, družinske pripadnosti

Družinska dediščina ima pomembno vlogo pri oblikovanju naših medosebnih interakcij, izbir in odločitev, lahko pa pušča tudi zapis v našem telesu. Nepredelane čustvene vsebine, prijetne in boleče izkušnje ter pripadnosti se znotraj družinskih odnosov prenašajo nezavedno iz generacije v generacijo. Naši predniki so skriti v nas.

Transgeneracijska psihodrama nam ponuja priložnost, da se srečamo z našimi notranjimi slikami na zunanjem odru. Pomaga nam raziskati lastne spomine, identifikacije, točke podpore v osebni zgodovini, itd. Zavedanje teh vsebin nam omogoča razmejitev lastnih čustvenih izkušenj od izkušenj prednikov, kar je morda še posebej pomembno v obdobju vstopanja v odraslost, ki vključuje proces individualizacije.

Cilj delavnice: raziskovanje vzorcev, ki prehajajo iz roda v rod, razumevanje družinske dinamike, vpogled v naše podedovane izbire, možnost vračanja čustvenih vsebin našim prednikom in osvobajanje lastne kapacitete za spontane in ustvarjalne odnose. Udeleženci bodo imeli možnost spoznavanja tehnik transgeneracijske terapije.

OKROGLA MIZA: »Izzivi zgodnjega odraslega obdobja«: interdisciplinarni pogled.

Moderator: **dr. Tamara Trobentar**, doktorica psihologije, integrativna psihoterapevtka (IIPA, EAIP, ECP, SDP), članica društva SINTA, Mednarodne zveze za integrativno psihoterapijo in Evropske zveze za integrativno psihoterapijo.

Namen okrogle mize je osvetlitev značilnosti in problematike zgodnje odraslosti z različnih vidikov. V diskusiji bodo sodelovali strokovnjaki različnih profilov, ki bodo spregovorili o pomembnosti tega obdobja za nadaljnje življenje posameznika, o možnostih osebnostnega in profesionalnega razvoja ter vplivu socioekonomskih dejavnikov na te procese. Eno od pomembnejših vprašanj, na katero bodo iskali odgovore, je, kaj lahko kot posamezniki, kot psihoterapevti in kot družba prispevamo k zmanjševanju stisk mladih odraslih.

Gostje okrogle mize:

prof. dr. Gabi Čačinovič Vogrinčič, klinična psihologinja, družinska terapevtka asist. dr. Boštjan Bajec, univ. dipl. psih., zaposlen na Oddeleku za psihologijo, Filozofske fakultete UL; področja dela: področja psihologije dela, organizacije in kadrovske psihologije, raziskovanje časovnega gledišča, zadovoljstva pri delu ter svetovanjem pri kariernem razvoju.

dr. Milko Poštrak, mag.sociologije, docent na Fakulteti za socialno delo UL, predavatelj pri predmetih o življenjskih slogih mladih in prosti čas mladih. Področje dela: teorije in koncepti socialnega dela, socialno delo z mladimi

prof. dr. Metka Kuhar, univerzitetna diplomirana komunikologinja, redna profesorica za področje socialne psihologije, predavateljica in raziskovalka na FDV, kjer predava Psihologijo komuniciranja. Osrednja področja raziskovalno dela: psihologija komuniciranja in participativnih procesov, študije mladine (s prehodi v odraslost kot enim osrednjih raziskovalnih fokusov), družin, spola in telesne samopodobe.

prof. dr. Hilarion Petzold, integrativni terapevt

13. ALEKSANDRA DEU BAJT: specializantka transakcijsko-analitične psihoterapije, v pripravi na izpit za pridobitev naziva certificirane TA psihoterapevtke, članica Sinte, Slovente in EATE, aktivna članica delovne skupine SKZP za begunce.

NIVES VOLODER HARI: magistra socialne pedagogike, specializantka integrativne psihoterapije, članica društva SINTA, članica delovne skupine SKZP za begunce.

ANDREJA KOZLEVČAR: specializantka psihodramske psihoterapije, aktivna članica delovne skupine SKZP za begunce.

HELENA WEILGUNY, specializantka realitetne terapije, aktivna članica Društva za realitetno terapijo Slovenije in delovne skupine SKZP za begunce.

Mentor: **Tomaž Flajs**, geštalt terapevt, edukator in supervizor, prof. franc. in angl, EDP, dipl. GPTI, cert. GATLA, redni član EAGT

Naslov: **Veš, psihoterapevt, svoj dolg? OKROGLA MIZA na temo psihoterapevtske pomoči beguncem**

Oblika prispevka: Okrogla miza

Maksimalno število udeležencev: neomejeno

Ključne besede: migranti, begunci, prostovoljci, psihoterapija, psihosocialna pomoč, integracija, sprejemanje, travma, jezikovne ovire, kulturne razlike

Delovna skupina SKZP za begunce je nastala iz neformalnih srečevanj psihoterapevtov in specializantov različnih psihoterapevtskih smeri. Združila nas je želja po pomoči ljudem, ki so ostali brez doma in družin. Naša človeška, etična in profesionalna dolžnost je, da jim pomagamo na področju, ki ga najbolj poznamo - v psihoterapiji. Iz neformalne skupine smo se pod supervizorskim okriljem Tomaža Flajsa združili v delovno skupino SKZP za begunce. Srečujemo se enkrat mesečno, izmenjujemo konkretne izkušnje in vpoglede ter spoznavamo ljudi iz drugačnih kulturnih okolij.

V jeseni 2015 smo doživeli prvi begunski val. Soočili smo se z novonastalo situacijo, ki je prinesla na plano veliko čustev in védenj. V takih situacijah pogosto prevlada ozračje strahu - tako za begunce, kot tudi za lokalno prebivalstvo. V osebostni problematiki beguncev je v ospredju predvsem travma kot posledica življenjske ogroženosti, negotovost glede prihodnosti in izguba identitete; v tem kontekstu je v psihoterapevtskem delu poudarek na varnem odnosu in prostoru, razumevanju problematike, zanimanjem in sprejemanjem kulturnih razlik.

Na okrogli mizi bomo predstavili praktično delo z 11-letno mladenko iz Sirije in 18-letnim fantom iz Afganistana, ki je dobil odobren status begunca in je iskal način za boljšo integracijo v novem okolju. K sodelovanju na okrogli mizi bomo povabili tudi

gosta, ki je kot prostovoljec dnevno v stiku z begunci. Z nami bo delil svoje videnje in razumevanje beguncev ter nam približal njihovo doživljanje situacije.

12. LIDIJA BAŠIČ JANČAR: univ. dipl. soc. delavka, zakonska in družinska terapevtka, relacijska družinska terapija, Združenje zakonskih in družinskih terapevtov

Naslov: Vztrajanje v partnerskem odnosu – rana ali izziv za nekaj več

Oblika prispevka: prikaz primera

Maksimalno število udeležencev: 40

Ključne besede: vztrajanje v partnerskem odnosu, teorije navezanosti, relacijska perspektiva, družinski sistem, ranljivost in varnost

Vztrajanje v partnerskem odnosu je način ostajanja v odnosu skozi daljše časovno obdobje kljub težavam, ki se pojavljajo med partnerjema. Mogoči zavezujoči dejavniki so vzorci navezanosti, različne stopnje intimnosti in, kot ugotavljajo strokovnjaki, varna ali ne-varna navezanost na otroke (Davila in Bradbury, 2001: 372). Prav teorija navezanosti poudarja pomembnost procesa intimnosti in bližine za razvoj in vzdrževanje zaupanja ter občutka varnosti v intimnem razmerju (Schudlich et al., 2013: 28), po drugi strani pa nezavedni temeljni afekt omogoča posamezniku, da vztraja v bolečih odnosih (Erzar in Kompan Erzar, 2011: 56).

Z vidika relacijske družinske terapije so zanimivi prav pari, ki svojo skupno pot začnejo tako rekoč še v času najstništva, si ustvarijo družino in se v časovnem obdobju desetih let skupnega življenja znajdejo v razhajanju, torej prav v obdobju mlade odraslosti, ko bi se moral partnerski odnos šele začeti vzpostavljati. V ta namen bomo prikazali analizo primera mladega para s pomočjo video posnetka v času spremljanja terapevtskega procesa po relacijskem modelu zakonske terapije, ki se je znašel v razhajanju.

Opazili smo, da kljub desetletju vztrajanja nista uspela vzpostaviti čustvene intimnosti, torej povezanega in tesnega odnosa. V takih primerih vedno znova vidimo, kako medgeneracijski prenos čutenj narekuje delovanje družinskega sistema mlade družine. Terapevtova naloga v takem primeru je, da skozi sočutje in varen prostor poveže par in ozavesti temeljni afekt. Le tako se lahko vzpostavi ranljivost in razvoj varne navezanosti.

13. Prof. dr. HILARION PETZOLD, integrativni terapevt

Naslov: Young adulthood - a dynamic developmental task (»Mladi odrasli – dinamična razvojna naloga«, delavnica poteka v angleškem jeziku)

Oblika prispevka: workshop

Maksimalno število udeležencev: 30

Ključne besede: mladi odrasli, integrativna terapija, coaching

Zgodnja odraslost je v moderni družbi in dramatično spreminjajočem se svetu tako pomembna zato, ker utirja pot v odraslost, poklicno kariero, priložnosti za dosežke in temeljni odnos do življenja ter izbiro življenjskega stila. V tem obdobju je še vedno

prisotna nevroplastičnost, kar je treba izkoristiti in podpirati. Na delavnici bodo udeleženci lahko spoznali in izkusili nekatere strategije in metode coachinga in svetovanja, ki se uporabljajo za mlade odrasle, npr. razmišljanje o toku življenja in zadovoljstvu z življenjem, razvijanje sposobnosti, potrebnih v nadaljnjem življenju, ozaveščanje strahov, upov in iluzij, ustvarjanje „scenarijev« za prevzemanje in reševanje tveganja. Predstavljeni bodo „štirje osnovni principi« integrativne terapije in sicer:

1. Iz svojega življenja napravi projekt.
2. Izkoristi vsako priložnost (skoraj vsako, bodi preudaren).
3. Prosi za pomoč, če jo potrebuješ (in pomagaj, kadar te prosijo).
4. Zaupaj svojim sposobnostim.

Človek se lahko že v zgodnji odraslosti zaveda, kaj pomeni aktivno ustvarjanje življenja in vidi, „... ali ni življenje človeškega bitja lahko tudi umetniško delo?« (Michel Foucault)

14. AJDA PERME, likovna terapevtka. MA likovna terapija, Društvo TERINOVA
IRENA VALDES, likovna terapevtka, magisterij iz likovne terapije, Društvo TERINOVA

Naslov: **Likovna terapija**

Oblika prispevka: delavnica, ki je odpadla zaradi premajhnega števila udeležencev

Maksimalno število udeležencev: 20

Ključne besede: likovna terapija, glina

Na izkustveni delavnici bosta avtorici predstavili plasticiranje v 3D obliki, ki je eden izmed izredno dragocenih načinov dela v likovni terapiji. S pomočjo oblikovanja gline lahko zelo hitro vzpostavimo stik s sabo, s svojim doživljanjem in občutji, ki je pri klientih pogosto nezavedno in postane z oblikovanjem lažje dostopno. Lahko ga uporabimo pri delu z otroki ali odraslimi. S pomočjo uporabe gline v terapiji lahko dosežemo tako senzomotorične kot psihoterapevtske učinke. Likovni terapevt lahko klientu ponudi glino v terapiji zato, da mu omogoči dostop do simboličnega sveta, v katerem raziskuje s pomočjo rok, lastnega dotika in moči. V lastni zmožnosti ali nezmožnosti oblikovanja gline klienti pripovedujejo lastno življenjsko zgodbo in s pomočjo terapevta zmorejo iskati lastno pot soočanja s težavami in ovirami v življenju. Oblikovanje gline nas poveže s primarnimi oblikami komunikacije in še posebej z izkušnjami iz zgodnjega otroštva. Glina s pomočjo uporabe sile telesa omogoča telesni izraz. Sam proces oblikovanja in opazovanja izdelka pa odstira tudi duševne procese. Poleg tega omogoča tudi integracijo čustev, spominov in fantazij različnih stopenj zavesti. Zaradi izredno močnega potenciala soočanja z nezavednimi vsebinami in poglobljanja osebnega simboličnega pomena pa moramo biti v terapiji tudi zelo previdni pri indikaciji za tveganje prezgodnjega razkritja, kar je še posebno pomembno pri delu z ljudmi s travmatičnimi izkušnjami. Glavne značilnosti oblikovanja gline v terapevtskem procesu zajemajo regresijo, izraz, ki omogoča dostop do neverbalnih predstav selfa, drugega, in odnosa med njima (refleksijo konstruktivnih in destruktivnih aspektov, ki omogočajo raziskovanje klientovih zmožnosti spreminjanja, tako v procesu iskanja lastne identitete kot pri temah izgube in žalovanja). S tem terapevt klientu pomaga k lažjemu razumevanju samega sebe in napredovanju na poti samouresničevanja.

15. MILOŠ ŽIDANIK, dr. med., spec. psihiater in psihoterapevt (multimodalni), magisterij s področja klinične psihologije.

Naslov: Terapevtske intervence, usmerjene na odnos do živali kot indikator medosebnih odnosov z ljudmi

Oblika prispevka: predavanje je odpadlo zaradi premajhnega števila udeležencev
Maksimalno število udeležencev: 40

Ključne besede: psihoterapija, specizem, živali, empatija, agresija

V prispevku bodo predstavljene pomožne terapevtske intervence, ki segajo na več področij človekovega funkcioniranja. Izhodišča pri tem so problemi destruktivne agresije – kako se kaže v našem vsakdanu in vsakodnevnih življenjskih odločitvah. V iskanju rešitev bo prikazano na iskanje brezpogojne ljubezni kot na egoistično zahtevo in pričakovanje posameznika znotraj družbenih tokov, ki nas usmerjajo v smeri patološkega narcizma. Nadalje bomo obravnavali obrambe le-tega: specizem in akrazijo, vprašanje smisla življenja in smiselnih življenjskih odločitev ter se ustavili pri odnosu do živali v posameznih obdobjih življenjskega cikla. Omenjene bodo tudi prezrte travme podežlja: koline, vzgoja v smeri ali proč od empatije, odnos do živali in ljudi glede na občutek varnosti, stabilnosti in ljubezni ter priprava sebe na minljivost in smrt ob smrti živalskih družinskih članov. Za ilustracijo bodo prikazani nekateri klinični primeri obravnave, kjer so bila ta področja ali odnos do živali ključna za premike v terapiji.

Življenje brez smisla in smiselnih dejavnosti vodi v depresijo in zato je pomembno to poglavje pomagati ozavestiti pri svojih klientih. Odnos do živali lahko igra pomembno vlogo tako pri smiselnih življenjskih odločitvah (skrb za živali, odločitev za veganstvo), kot v partnerski dinamiki (presečišče dveh različnih svetov) in odnosu do sebe (poslavljanje od domače bližnje živali ob njeni smrti človeka približa njegovi lastni ranljivosti, minljivosti in umrljivosti).

16. MINA PAŠ, dr. med., integrativna relacijska psihoterapevtka (IPSA), certifikat mednarodne zveze za integrativno psihoterapijo (IIPA).

MARKO VIDE, specializant psihodinamske psihoterapije, diplomant psihoterapevtske znanosti na Univerzi Sigmunda Freuda na Dunaju ter edukant transpersonalne psihoterapije in metode holotropskega dihanja na Grof Transpersonal Training.

Naslov: Integrativna psihoterapija in ayahuasca: primerjava zdravilnega potenciala spremenjenih stanj zavesti s psihoterapevtskim procesom

Oblika prispevka: delavnica je odpadla zaradi premajhnega števila udeležencev
Maksimalno število udeležencev: 30

Ključne besede: Ayahuasca, spremenjena stanja zavesti, iniciacijski obred, psihoterapije

Na delavnici bo predstavljena prva raziskava izvedena v Sloveniji, ki primerja učinke ayahuasce (psihedeličnega zdravila iz amazonskega pragozda) z učinki integrativne psihoterapije. Številne študije, kot tudi poročila uporabnikov kažejo, da ima ayahuasca lahko izredno pozitivne učinke pri zdravljenju številnih duševnih motenj in simptomov kot so anksioznost, depresija, post-travmatske motnje, zasvojenosti, ipd.

Čedalje večje število klientov, ki prihaja v psihoterapijo ali pa so že v psihoterapevtski obravnavi, ima izkušnjo z ayahuasco ali z drugimi psihedeličnimi snovmi. Klasične psihoterapevtske šole izkušenj, ki jih opisujejo ti uporabniki (podoživljanje rojstva, smrt in preporod ega, kozmični arhetipi, ipd.) pogosto nimajo zadosti širokih teoretičnih okvirjev, da bi jih uspešno razumeli, zato lahko psihoterapevti takšne izkušnje pogosto zavračajo ali pa jih označijo kot psihotične in škodljive.

Na delavnici bomo prikazali končne izsledke naše raziskave, zakaj so takšne izkušnje lahko koristne, kakšne so prednosti in slabosti v primerjavi s klasično psihoterapijo, in kako jih lahko v sklopu klasične psihoterapije lahko integriramo za največjo možnost korist klientov. V delavnici bomo predstavili tudi, zakaj mladi pogosto uporabljajo psihedelične snovi kot neke vrste samoiniciacijo oz. »obred prehoda« v odraslo obdobje.

PLENARNI ZAKLJUČEK: TRENUTNI POLOŽAJ PSIHOTERAPEVTSKE DEJAVNOSTI V SLOVENSKEM PROSTORU.

Interaktivni pogovor o prizadevanjih SKZP za normativno ureditev psihoterapije.

KULTURNI VEČER

«Da v bolečini ne bomo sami» - tematski pogovorni večer o psihoterapiji skozi osebno perspektivo z Manco Košir, Gabi Čačinovič Vogrinčič in Tomažem Flajsom

Pri Mladinski knjigi je izšla šesta knjiga pisem Mance Košir ČLOVEŠKA LJUBEZEN, v kateri si dopisuje s terapevti Izidorjem Gašperlinom, dr. Gabi Čačinovič Vogrinčič, mag. Miranom Možino in Tomažem Flajsom. V pismih pripovedujejo svoje življenske zgodbe in strokovna spoznanja o odnosih, bolečinah, ljubezni, otroštvu in odraščanju, ipd. Dragoceno sporočilo knjige je, da nam v bolečini ni treba biti sam. Na literarnem večeru se bo Manca Košir pogovarjala z Gabi Čačinovič Vogrinčič in Tomažem Flajsom o temah iz knjige in življenja, ki bo ta večer teklo skozi nas. Lepo povabljeni na pogovor, ki bo nagovarjal tudi vas!

ČLOVEŠKA LJUBEZEN je šesta knjiga pisem neumorne dopisovalke Mance Košir, ki edina na Slovenskem goji tradicijo epistol v knjižni izdaji. To pot plete mrežo refleksij o bolečinah, ranjenosti, o strahu in sramu, o otroških travmah in njihovem celjenju v odraslosti s pomočjo psihoterapije. O odnosih in čustvih, ki nas temeljno zaznamujejo, si dopisuje z razmišljujočimi »terapevti za dušo in telo«: Izidorjem Gašperlinom, dr. Gabi Čačinovič Vogrinčič, mag. Miranom Možino in Tomažem Flajsom. Pripovedujejo lastne zgodbe šibkosti, celjenja in rasti ter opisujejo izkušnje iz svoje terapevtske prakse raznolikih šol in pristopov. Njihov iskren in pogumno samorazkrivajoči glas nas navdihuje, da tudi bralci pogledamo globoko vase. Spodbuja nas, da osvetlimo svoje čustvene vzorce in izbire odzivov, ki nas in naše bližnje delajo nesrečne. Da spregovorimo in povemo, da prosimo za pomoč. Kajti vsi si želimo, da bi bila naša bolečina slišana in da ne bi bili več sami z njo. Tako ustvarjamo možnosti za spremembo. Ta se zgodi, »ko postanemo to, kar smo, in ne ko se trudimo biti to, kar nismo.«

SLAVNOSTNA VEČERJA

DRUŽABNI VEČER: Sobotni večer glasbe in plesa
Glasbena skupina: Trije mušketirji&Ona