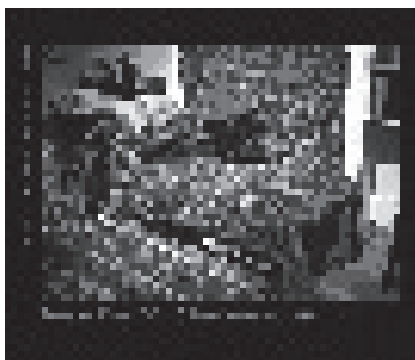


ŠESTI ŠTUDIJSKI DNEVI SKZP ROGLA 2008

OSEBNOSTNA RAST PSIHOTERAPEVTOV: OD UČNE ANALIZE DO OSEBNE IZKUŠNJE IN UČNE TERAPIJE

od četrтка 5. junija do sobote 7. junija 2008



V organizaciji

Slovenske krovne zveze za psihoterapijo (SKZP)



v sodelovanju z

**Nacionalnim inštitutom za psihoterapijo Fakultete
za uporabne družbene študije v Novi Gorici**



in Univerzo Sigmunda Freuda



Sigmund Freud
PrivatUniversität Wien

Spoštovane kolegice, spoštovani kolegi!

Potem ko smo v okviru Slovenske krovne zveze za psihoterapijo (SKZP) junija 2007 organizirali prvi mednarodni psihoterapevtski kongres SKZP, Vas ponovno vabimo na Roglo, tokrat na 6. študijske dneve. Imamo pa še dodaten razlog za naše vabilo – da skupaj proslavimo 10-letnico ustanovitve naše krovne zveze! 1. aprila 1998 se je namreč v Ljubljani v njo povežalo sedem društev različnih psihoterapevtskih pristopov - transakcijska analiza, geštalt, integrativna, realitetna, sistemska terapija in logoterapija.

0 naslovni temi

Po standardih Evropske zveze za psihoterapijo ima sodobno izobraževanje iz psihoterapije tri glavne stebre:

- teorijo (v obsegu najmanj 500 do 800 ur),
- terapevtsko delo s klienti pod supervizijo (najmanj 300 do 600 ur) in
- *osebno izkušnjo* (najmanj 250 ur).

Letošnja tema študijskih dni je namenjena tretjemu stebri, ki ga je začel postavljati že Sigmund Freud. Od samih začetkov psihoanalize je namreč postala ena od njenih najbolj prepoznavnih značilnosti prav *učna analiza* (Lehranalyse). Bodoči analitik je moral sam na kavč, da je na sebi preizkusil metodo, ki jo je kasneje uporabljal s svojimi klienti. Freud je hotel z učno analizo odstraniti moteče vplive protiprenosa (kontratransferja), nekako »očistiti« glavni terapevtski instrument bodočega analitika – njegovo osebnost. Vendar so se stvari v zvezi z učno analizo po Freudovi smrti v drugi polovici dvajsetega stoletja zakomplicirale.

Že junija 2003 je na tretjih študijskih dnevih SKZP z naslovom Kompetentni psihoterapevt Janko Bohak nastopil s provokativnim prispevkom »*Smo psihoanalitiki species, ki je na tem, da izumre?*«. V njem je opozoril na krizo psihoanalize, ki v veliki meri izhaja iz pretiranege poudarjanja in podaljševanja učne analize ter zanemarjanja drugih vidikov izobraževanja iz psihoanalitične terapije (npr. zanemarjanje teorije, praktičnega učenja ob izkušenem analitiku, usposabljanja za raziskovalno delo). Učna analiza je marsikje postala nekakšna »superterapija«, ki lahko traja tudi tisoč ur, njeni učinki pa so vprašljivi ali celo kontraproduktivni. Prav tako je v marsikaterih psihoanalitičnih krogih postalo problematično dejstvo, da edukante ocenjujejo kot paciente, namesto da bi jih ocenjevali po kvaliteti njihovega kliničnega dela. Bohak zato podpira predloge Thomäja in Kächeleja, ki predlagata naslednje rešitve iz stranpoti psihoanalitičnega izobraževanja:

- da se dolžina učnih analiz omeji na 300 do 400 ur;
- da je učna analiza »non-reporting system«, kar pomeni, da učni terapevt ne ocenjuje edukanta, pač pa je presoja primernosti kandidata povezana z oceno supervizorja, ki spremlja razvijanje njegove kompetentnosti pri praktičnem delu s klienti;
- da se enostranski poudarek na učni analizi kot »superterapiji« uravnoteži z večjim poudarkom na teoriji, zlasti pa na usposabljanju za znanstveno raziskovanje psihoterapije;
- da se da večji poudarek učenju kandidatov ob modelu starejših kolegov;
- da se namesto pojma učna analiza uvede širši pojem »osebna izkušnja« (Selbsterfahrung).

Ko so se po drugi svetovni vojni razvili in razširili različni psihoterapevtski pristopi (npr. humanistični, sistemski, vedenjsko kognitivni idr.), so na različne načine razvijali tudi ideje osebne izkušnje, ki je tudi zunaj psihoanalize ostala tretji ključni steber psihoterapevtskih izobraževanj. V večini pristopov so izobraževanja bodočih psihoterapevtov potekala v malih skupinah, kjer so edukanti vadili psihoterapevtske metode med seboj na lastnih osebnih temah. Hkrati pa so učitelji stalno delali z edukanti z dvojnimi fokusom – po eni strani so demonstrirali metode terapevtskega dela, po drugi strani pa so spodbujali osebnostno rast edukantov v skupini.

V nekaterih pristopih (npr. globinsko psihološke šole) pa so poleg skupinskih oblik dela na sebi uvedli tudi individualno učno terapijo. Nekatere integrativne terapije pa zahtevajo tudi določeno število ur učne analize.

V okviru fakultetnega študija psihoterapije, ki ga v Sloveniji SKZP v sodelovanju z Univerzo Sigmunda Freuda iz Dunaja, izvaja že drugo leto, je postavljena kvantitativna zahteva v skladu z evropskimi kriteriji – torej 250 ur osebne izkušnje, ki jih mora študent zbrati v času petletnega študija (tri leta prva stopnja in dve leti druga stopnja). Glede kvalitativnih zahtev pa obstaja načelno stališče odprtosti do tradicij različnih psihoterapevtskih šol oz. pristopov.

Če danes med psihoterapevti obstaja soglasje, da je osebna izkušnja nujen sestavni del vsakega psihoterapevtskega izobraževanja in seveda tudi fakultetnega študija psihoterapije, pa po različnih psihoterapevtskih šolah obstaja velika pestrost glede njene organizacije in izpeljave. Zato je eden glavnih ciljev letošnjih študijskih dni predstaviti modele osebne izkušnje oz. učne terapije v obstoječih psihoterapevtskih pristopih, ki bodo vgrajeni tudi v fakultetni študij psihoterapije. V SKZP je trenutno vključenih 10 društev in s tem 10 različnih psihoterapevtskih pristopov (realitetna, logoterapija, gestalt, TA, integrativna – relacijska, integrativna /Petzold/, sistemska, relacijska družinska, gestalt izkustvena družinska, globinsko psihološka psihoterapija). Na okrogli mizi in delavnicah bomo imeli edinstveno priložnost pogovoriti se o njihovih razlikah oz. ujemanju glede kvantitativne in kvalitativne opredelitve učne terapije. Nadaljni cilj je izdelati minimalne standarde za različne oblike učne terapije (npr. za kratkotrajne, dolgotrajne; za individualne, za pare, družinske, skupinske itn.) in postaviti temelj za Nacionalni register učnih terapevtov in supervizorjev. Z večanjem obsega psihoterapevtskih izobraževanj v naslednjih letih, se bo v Sloveniji skokovito povečala tudi potreba po učnih terapevtih in supervizorjih.

Nenazadnje velja omeniti, da je pomemben okvir za temo osebne izkušnje v izobraževanju psihoterapevtov tudi izjemen porast gibanj za *osebnostno rast* in za duhovno rast v drugi polovici dvajsetega stoletja. Še nikoli v zgodovini človeštva se vprašanju osebne in duhovne rasti ni posvečalo tolikšno število ljudi naenkrat. Prej so se temu bolj posvečali ozki in elitni družbeni krogi. Tudi psihoterapevti imajo za spodbujanje svoje osebne rasti številne dodatne možnosti poleg tistih v okviru psihoterapevtskih izobraževanj. In tako se tudi dogaja – veliko terapevtov se redno ukvarja z meditacijo, jogo itn. Pa tudi življenje samo prinaša stalno nove izzive, ki od nas zahtevajo stalno osebno zorenje. Navsezadnje je življenje največji učitelj.

O strukturi in programu študijskih dni

Študijski dnevi bodo trajali tri dni in bodo poleg plenarnih predavanj vsebovali veliko izkustvenih delavnic, paralelnih predavanj, diskusij, demonstracij idr., kjer ne glede na naslovno temo lahko psihoterapevti predstavijo, kar je zanje aktualno. Cilj študijskih dni je tudi promocija psihoterapije in seznanitev udeležencev z novostmi v slovenski psihoterapiji (npr. o novih dejavnostih Nacionalnega inštituta za psihoterapijo, ki smo ga v okviru Fakultete za uporabne družbene študije v Novi Gorici ustanovili julija 2007). Ponovno bomo podelili Zlata priznanja SKZP, Evropske in Slovenske diplome iz psihoterapije in diplome iz propedeutike. Vsak/a udeleženeц/ka bo dobil/a v okviru kotizacije peto številko *Kairoso - Slovenske revije za psihoterapijo*, ki bo s tem že zajadrala v svoje drugo leto izhajanja.

V družabnem delu bomo nazdravili in zaplesali ob 10-letnici ustanovitve SKZP!

O naslovni temi bo predaval tudi gost *Ingo Klimkus*, globinsko psihološki in telesno orientiran psihoterapevt iz Nemčije.

Rodil se je leta 1958 v Delmenhorst-u, Niedersachsen. Po opravljeni diplomski iz Politologije se je vpisal na Psihologijo in diplomiral leta 1994. Nadaljni študij je posvetil različnim psihoterapevtskim pristopom in sicer: usposabljanju iz telesne psihoterapije (1984-86 v Villi Berlin, 1986-90 v Göttinger-škem Institutu), deep drainin (1988-89), rebirthing (1989-90), NLP - Master (1992-93), logoterapije (1993-94) in drugo. Med leti 1994-97 se je usposabljal za skupinskega

psihoterapevta in med 1997-99 za globinsko psihološkega psihoterapevta. Delovne izkušnje ima v terapevtskem delu z otroci, ki so zaostali v duševnem razvoju, od leta 1989 pa dela kot samostojni psihoterapevt v zasebni ambulanti - individualno in s skupinami.

Ingo Klimkus je nosilec EDP (Evropske Diplome za Psihoterapijo) in že 10 let vodi izobraževanje iz globinsko psihološke in telesno orientirane psihoterapije v Sloveniji.

Več informacij dobite pri tajnici Slovenske krovne zveze za psihoterapijo:

IRENA POŠTRAK, irena.skzp@gmail.com
Radovanova ul. 12, 2000 Maribor
Tel. 02 429 65 60, 031 410 919
Fax 02 429 65 61

Novosti bodo stalno objavljene na spletni strani SKZP:
<http://marela.uni-mb.si/skzp>

Veselimo se nadaljnjega sodelovanja ter snidenja na Rogli!

Programski odbor:

Romana Kebe, predsednica

Martin Bertok, Janko Bohak, Janko Bras, Tomaž Erzar, Tomaž Flajs, Ingo Klimkus, Miran Možina, Samo Pastirk, Lan Pečjak, Tanja Plankar Grgurevič, Jože Ramovš, Jana Rijavec, Ingrid Russi Zagožen, Milena Vidmar, Gregor Žvelc.

Organizacijski odbor:

Irena Poštrak, predsednica

Janko Bras, Romana Kebe, Manuela Mežič, Katarina Možina, Simona Pintar, Nives Vrečič.

Program 6. študijskih dnevov**ČETRTEK, 5. junij 2008**

9.00 - 10.30	Registracija
10.30 - 11.00	POZDRAVNI GOVORI: Miran Možina, predsednik SKZP, Roman Kebe – vodja programskega oddelka, Samostirk – glavni urednik Slovenske revije za psihoterapijo KAIROS, idr.
11.00 - 11.45	PLENARNO PREDAVANJE: Janko Bohak: Od učne analize do osebne izkušnje in učne terapije
11.45 - 13.00	PLENARNO PREDAVANJE: Ingo Klimkus: Osebna izkušnja in učna terapija v globinsko psihološki psihoterapiji
13.00 - 15.00	Kosilo
15.00 - 17.00	PREDSTAVITEV OSEBNE IZKUŠNJE IN UČNE TERAPIJE V RAZLIČNIH PSIHOTERAPEVTSKIH PRISTOPIH
17.00 - 17.30	Odmorska avo in čajem
17.30 - 19.30	DELAVNICE Delavnica učna terapija ¹ Delavnica učna terapija ²
19.30 - 21.00	Večerja
21.00	KULTURNI VEČER Peter Ternovek: Sokratov zagovor (monodrama)

PETEK, 6. junij 2008

9.00 - 9.45	PLENARNO PREDAVANJE: Miran Možina: NOV IZZIV ZA SLOVENSKO PSIHOTERAPIJO: OSEBNA IZKUŠNJA IN UČNA TERAPIJA V OKVIRU FAKULTETNEGA ŠTUDIJA PSIHOTERAPIJE
9.45 - 11.00	OKROGLA MIZA O UČNI TERAPIJI V RAZLIČNIH PSIHOTERAPEVTSKIH PRISTOPIH IN V OKVIRU FAKULTETNEGA ŠTUDIJA PSIHOTERAPIJE
11.00 - 11.30	Odmorska avo in čajem
11.30 - 13.30	DELAVNICE DELAVNICA UČNA TERAPIJA ³ DELAVNICA UČNA TERAPIJA ⁴
13.30 - 15.30	Kosilo in odmor
15.30 - 17.00	PLENARNA DEMONSTRACIJA: Ingo Klimkus: globinsko psihološki pristop
17.00 - 17.30	Odmorska avo in čajem
17.30 - 19.30	DELAVNICE DELAVNICA UČNA TERAPIJA ⁵ DELAVNICA UČNA TERAPIJA ⁶
19.30 - 21.00	Večerja
21.00	PLES z ALENKO GODEC in njenim ansamblom

SOBOTA, 7. junij 2008

9.00 - 9.45	SVEČANA PODELITEV Zlatih priznanj, Evropskih in Slovenskih diplom iz psihoterapije ter Diplom iz propeveditve psihoterapije
9.45 - 11.00	NOVOSTI V SLOVENSKI PSIHOTERAPIJI: predstavitev NACIONALNEGA INŠTITUTA ZA PSIHOTERAPIJO: novosti v zvezi s Slovensko revijo za psihoterapijo Kairosom idr.
11.00 - 11.30	Odmorska avo in čajem
11.30 - 13.30	DELAVNICE DELAVNICA UČNA TERAPIJA ⁷ DELAVNICA UČNA TERAPIJA ⁸
13.30 - 15.30	Kosilo
15.30 - 17.30	DELAVNICE: DELAVNICA UČNA TERAPIJA ⁹ DELAVNICA UČNA TERAPIJA ¹⁰
17.30 - 18.00	SKLEP, plenarni zaključek

ČETRTEK 17.30 – 19.30 (številó udeležencev)

1. Flajs Tomáž: *Pomen in vloga učne terapije v izobraževanju za Gestalt terapevta* (20)
2. Klimkus Ingo: *Osebná izkušnja v Globinskó psiholóški psihoterapiji* (neomejeno)
3. Ritchie M. Marjeta: *Schemafocused approach to Cognitive Behavioral Therapy* (12)
4. Bohák Janko: *Delo s sanjami v psihanalizi* (10 - že zaplnjeno)
5. Kolarič Damjan; Šavnik Alenka: *Mali koraki na poti iz krize - izbora smeri rešitve v družinski terapiji* (16)
6. Virant Franja: *Seminár biografije* (21 - 27)
7. Krajnc P. Milán; Krajnc Pavlica Simona: *Kako v poslovnem procesu preprečiti prenehanje odgovornosti* (neomejeno)
8. Grdiná Rožana: *Lepota in njena moč revitalizacije* (20)
9. Mažgon Š. Klavdija; Seljak G. Andreja: *Edukativna delavnica pri premagovanju depresije* (neomejeno)

PETEK 11.30 – 13.30 (številó udeležencev)

10. Lojk Bosiljka; Lojk Leon: *Osebná izkušnja v Realitetni psihoterapiji - avtentični klient v igri vlog* (neomejeno)
11. Ramovš Jože: *Osebná izkušnja in učna terapija v Logoterapiji* (15)
12. Bohák Janko: *Delo s sanjami v psihanalizi* (10 - že zaplnjeno)
13. Mivšek Danijel: *Primerjava pristopov prek analize primera* (10)
14. Žorž Bogdan: *Eksistenčna kriza - kratki tretma z uporabo risanja* (neomejeno)
15. Kobal M. Leonida: *Meditacija in psihoterapija* (20)
16. Kociper Lidija; Kociper Jožef: *Imago partnerska terapija - kaj je imago?* (-)
17. Poljanec Andreja; Simonič Barbara: *Empatija - temelj razvoja* (-)
18. Cvetko Heliódr: *Risanje drevesa za zamudnike* (12 - že zaplnjeno)
19. Bider H. Nataša; Kutnar Barbara; Mejáč T. Metka; Zabret Erika: *Odnosi v delovnem kolektivu kot prilžnost za osebno rast terapevta* (30)

PETEK 17.30 – 19.30 (številó udeležencev)

20. Mršor Majda; Verbnik D. Tatjana; Matko L. Irena; Kobolt Alenka; Petrič P. Meta: *Osebná izkušnja v Gestalt izkustveni družinski terapiji - učenje skozi izkušnje v odnosih* (40)
21. Kociper Jožef; Smole D. Vasa: *Učna terapija v Integrativni gestalt terapiji* (16)
22. Latini Alen: *Objektni odnosi in osebná izkušnja* (-)
23. Tavčar Meta; Tavčar Rudi: *Imago partnerska terapija - validacija in empatija v zavestnem partnerskem dialogu* (-)
24. Bertok Martin: *Psihoterapevtov nezavedni življenjski načrt (Skript) in profesionalizem* (-)
25. Popović Božidar; Habdija Š. Ana: *Štó deluje u psihoterapiji?* (-)
26. Šugman B. Lea: *Življenjski svet klientskega sistema: raziskovanje in načrtovanje uporabe virov za doseganje zelenih razpletov* (20)
27. Pahljiná Cvijeta: *Brat zdrži!* (20)
28. Černetič Mih: *Čuječnost - biti tukaj in zdaj* (20)

SOBOTA 11.30 – 13.30 (številó udeležencev)

29. Bertok Martin: *Skupinska učna Transakcijsko analitična psihoterapija* (10)
30. Žvelc Gregor; Žvelc Maša: *Učna terapija v Integrativni relacijski psihoterapiji* (-)
31. Korenjak Marko: *Zavestno sanjanje in prekinitve nočnih mor* (-)
32. Torkar Matej; Erzar Tomaz: *Prepoznavanje in predelava sramu v zakonski terapiji* (-)
33. Kejžar Š. Anita: *Core energetika - razvijanje sposobnosti ljubiti in zdraviti* (20)
34. Koprivc P. Anica; Tekalec Alja: *Učenje prepoznavanja in vrednotenja čustvenega dogajanja ter njegov pomen* (20)
35. Jerebic Dragó; Jerebic Sara: *Vloga voditelja psihoterapevta in razumevanje dinamike v skupini mladih odraslih po smernicah RDT* (20)
36. Krivec Bojan: *Uspešen javni nastop - kako dobro predstaviti sebe in svoje delo* (20)
37. Lemprecht Marinka; Grdiná Simona; Zorko Martin: *Supervizija - znanje za ravnanje* (15 - 20)
38. Benedik Emil: *Predstavitve primera psihanalitične psihoterapije pacientke z narcisistično motnjo* (25)

SOBOTA 15.30 – 17.30 (števil° udeležencev)

39. K°b°l M· Le°nid°a· K°a°i°c°i M°arin°o: *Osebn°a izkušnj°a in u°n°a ter°apij°a v Sistemski ter°apiji* (-)
40. Erz°ar T°om°až: *U°n°a ter°apij°a v Rel°acijski družinski ter°apiji* (-)
41. K°ociper Lidij°a: *Poznav°anje osebn°ostnih lastnosti in partnerski odnos* (-)
42. Kebe R°om°ana: *Anim°a in animus* (11 - zap°ljinjen°o)
43. K°orenjak M°ark°o: *Osebn°a rast ter°apevt°a - del°o z vrednot°ami in prepri°anji v NLP* (- odp°ade)
44. K°orenjak K· Ksenij°a: *Psih°oterapevt in konfliktni management* (20 - odp°ade)
45. Rajnar Pika: *Prakti°ni prik°az delov°anja metode Emotional Freedom Technique (EFT)* (-)
46. R°ahne Tina· R°oži° T°atj°ana: *Uspes°abljanje za superviz°rja - u°ni in °ustveni proces* (15)
47. Iršič M°ark°o: *Ter°apevtski u°inki družinske mediacije* (25)
48. Or°avec R°obert: *Sekundarn°a poklicn°a travmatiz°acija pri delu z duševn°o travm°o* (-)

Naslovi avtorjev prispevkov

Emil BENEDIK· Hraše 37, 4248 Lesce· emil.benedek@telemach.net

Martin BERTOK· Ob Ljubljani 26, 1000 Ljubljana· martin.bertok@siol.net

Nat°asa BIDERHUMER· Center za družinsko ter°apijo Kamnik Ulica T°oma Brejca 4, 1241 Kamnik cdtk@kamnik@gmail.com

Janko BOHAK· Nova ulica 32, 2241 Sp· Duplex· b°h°ak°j°ank°o@siol.net

Le°ŠUGMANBOHINC· Fakulteta za soci°alno del°o T°opniška ulica 31, 1000 Ljubljana· le°a°bohinc@guest.arnes.si

Heli°dor CVETKO· Zgornja Senarska 5c, 2235 Sveta Trojica· heli°dor.cvetko@guest.arnes.si

Miha ČERNETIČ· Ljubljanska 58, 2000 Maribor· mih°a.cernetic@v°lja.net

T°om°až ERZAR· Fran°iški°anski družinski inštitut Prešernov trg 4, 1000 Ljubljana· fdi@siol.net

T°om°až FLAJS· Celovška cesta 85, 1000 Ljubljana· t°om°az°flajs@masic.com.net

R°ožana GRDINA· Nazorjev trg 2, 6000 Koper· rozana.grdina@akademija°psih°osinteza.org

Simon°a GRDINA· soavtorica Marinke Lamprecht Varna hiša Celje

An°a HABDIJA ŠORŠA· soavtorica Dinka Štajduharja Hrvatska

Mark°o IRSIČ· Kuzmi°ev°a ul· 2, 1000 Ljubljana· mark°o°irsic@rakm°o.si

Drag°o JEREBIČ· Na otoku 10, 3000 Celje· drag°o°jerebic@blizina.si

Sara JEREBIČ· soavtorica Drag°a Jerebic°a

Marin°a K°A°I°C· Dolenjska cesta 45b, 1000 Ljubljana· marin°o°k°acic@guest.arnes.si

Anit°a KEJŽAR ŠKULJ· Vidovdanska 3, 1000 Ljubljana· anit°a°kejzar@siol.net

Ing°o KLIMKUS· Nemcija

R°om°ana KEBE· Blo°ice 36, 1384 Grahov°o· r°om°ana°kebe@v°lja.net

Leonida KOBAL MOŽINA· Ul· Metoda Mikuz°a 16, 1000 Ljubljana· le°onida°k°obal@fsd.uni°lj.si

Alenk°a KOBOLT· Jenkov°a 5, Ljubljana tel: 041 44 77 22, alenk°a°kobolt@guest.arnes.si

Jože KOCIPER· Borštnikov°a 112, 2000 Maribor· k°ociper@gmail.com

Lidij°a KOCIPER· Borštnikov°a 112, 2000 Maribor· lidij°a°k°ociper@gmail.com

Damjan KOLARIČ· Pokopališka 2, 1000 Ljubljana· d°am°jan°k°olaric@T-2.net

Anic°a KOPRIVC PREPELUH· Pavlov°a vas 76, 8255 Pišce· anic°a°k°oprivc°prepeluh@gmail.com

Mark°o KORENJAK· Kolmanov°a cesta 39, 2312 Orehov°a vas· mark°o°korenjak@gmail.com

Mil°an KRAJNC PAVLICASIRIUS· Sl°odjetni°ki° in°poslovn°o svetov°anjed°o°o· Zid°an°sk°o°va ulica 27, 2250 Ptuj info@sirius.si

Bojan KRIVEC· Poljubin 24-k, 5220 Tolmin, krivec.bojan@gmail.com
 Barbara KUTNAR· Center za družinsko terapijo Kamnik Toma Brejca 4, 1241 Kamnik, cdt.kamnik@gmail.com
 Marina LAMPREHT· Mistrova 3, 2380 Slovenj Gradec, aramat7rin@siol.net
 Alen LATINI· Bezenškova 45, 2000 Maribor, alen.l@tini.trier.net
 Bosiljka LOJK· Bleiweisova 6, 4000 Kranj, boba.lojk@siol.net
 Leon LOJK· Bleiweisova 6, 4000 Kranj, leon.lojk@siol.net
 Irena MATKO LUKAN· Celovška 28 a, Ljubljana, irena.matko.lukan@mkz.si
 Klavdija MAŽGON ŠIRAJ· klavdija.s.mazgon@pbidrija.si
 Metka MEJAČ· Center za družinsko terapijo Kamnik Toma Brejca 4, 1241 Kamnik, cdt.kamnik@gmail.com
 Danijel MIVŠEK· Cetre 28, 6310 Izola, daniyel.mivsek@gmail.com
 Mirna MOŽINA· Ul. Metoda Mikuža 16, 1000 Ljubljana, miran.mozina@guest.arnesi
 Majda MRAMOR· ZD Moste· Prvomajska 5, 1000 Ljubljana, majda.mramor@gmail.com
 Robert ORAVECZ· Rakuševa 8, 2270 Ormož, robert.oravec@guest.arnesi
 Cvijeta PAHLJINA· Šolska 3, 3215 Loče, cvijeta.pahljina@siol.com
 Meta PETRIČ PUKLAVEC· Celovška 28 a, Ljubljana, meta.petric@guest.arnesi
 Andreja POLJANEC· Franciškianski družinski inštitut· Prešernov trg 4, 1000 Ljubljana, poljanec.andreja@gmail.com
 Božidar POPOVIČ· K. Tomislava 188a, HR-31551 Belišče, bozidar.popovic@ost.com.hr
 Tina RAHNE· Franciškianski družinski inštitut· Prešernov trg 4, 1000 Ljubljana, tina.rahne@gmail.com
 Pika RAJNAR· Rojčeva 17, 1000 Ljubljana
 Jože RAMOVŠ· Inštitut Antona Trstenjaka, Resljeva 11, 1000 Ljubljana, jozeramovs@guest.arnesi
 Marjeta RITCHIE· Cankarjevo nabrezje 17 Piran 6330, drmritchie@gmail.com
 Tatjana ROŽIČ· Franciškianski družinski inštitut· Prešernov trg 4, 1000 Ljubljana, tatjana.rozic@yahoo.com
 Alenka SAVNIK· Prelog· Breznikova 33, 1230 Domžale, alenka.savnik@siol.net; alenka.savnik@gov.si
 Andreja SELJAK GRUDEN· andreja.seljak@pbidrija.si
 Barbara SIMONIČ· Franciškianski družinski inštitut· Prešernov trg 4, 1000 Ljubljana, barbara.simonic1@guest.arnesi
 Vasja SMOLE DUBROVNIK
 Lučka ŠANTL· Makedonska 31, 2000 Maribor, lucka.santl@guest.arnesi
 Meta TAVČAR· Hrastja 223, 4000 Kranj, info@mirabi.org
 Rudi TAVČAR· Hrastja 223, 4000 Kranj, info@mirabi.org
 Alja TKALEC· soavtor Anice Koprivc Prepeluh, alja.tekalec@guest.arnesi
 Matej TORKAR· Franciškianski družinski inštitut· Prešernov trg 4, 1000 Ljubljana, fdi@siol.net
 Tatjana VERBNIK DOBNIKAR· Kotnikova 16, Ljubljana, tatjana.dobnikar@guest.arnesi
 Erik ZABRET· Center za družinsko terapijo Kamnik Toma Brejca 4, 1241 Kamnik, cdt.kamnik@gmail.com
 Martin ZORKO· soavtor Marinke Lampreht Varna hiša Celje
 Bogdan ŽORŽ· Tabor 59, 5294 Dornberk, bzizziv@siol.net
 Gregor ŽVELC· Inštitut za integrativno psihoterapijo in svetovanje Stegne 7, 1000 Ljubljana, gregor.zvelc@guest.arnesi
 Maša ŽVELC· Inštitut za integrativno psihoterapijo in svetovanje Stegne 7, masa.zvelc@institut.ipsa.si

Pregled prispevkov 6. študijskih dnevov SKZP

PLENARNA PREDAVANJA

Ingo Klimkus: Osebna izkušnja in učna terapija v globinskopsihološki psihoterapiji

Osebna izkušnja je terapevtski koncept, ki izvira iz humanistične psihologije. Pojem je nastal v zgodnji gestaltterapiji in encounter terapijah ter sčasoma dozorel v celosten skupinsko dinamičen koncept.

Pojem osebne izkušnje vključuje dva dejavnika: sebstvo in izkušnjo. Sebstvo je v literaturi pogost pojem, vendar ga opisujejo v različnih pomenih. Kognitivni psihologi ga drugače pojmujejo kot jungovci. Spet drugače ga vidijo Kernberg, Lowen, Laing in drugi. Hunasi in šamani z Južnega morja ga razdelijo v troje sebstev: globlje sebstvo, ki je blizu psihoanalitičnemu nezavednemu, srednje sebstvo, ki je najbližje jazu, in višje sebstvo, ki predstavlja povezanost z božanskim. Kohut je bil prvi analitični teoretik, ki je v svoji psihologiji sebstva dal sebstvu ustrezno mesto. V nadaljnjem razvoju so mu dali Stolorov, Atkins in drugi še razširjen pomen. Odtlej vidimo sebstvo tudi kot interaktivni pojav. Kjerkoli se ukvarjamo z njim, se pojavlja kot celosten, nadalji podrejen sistem, ki predstavlja zaklad možnosti jaza, hkrati pa kaže svoj transpersonalni značaj. Zato lahko postavimo delovno hipotezo: *V sebstvu se povezujejo vse naše identitete.*

Drugi dejavnik je izkušnja. Danes nevroznanosti bolj kot kdajkoli prej poročajo o tem, kako pridemo do svojih izkušenj, kako jih kodiramo in se jih spominjamo. V tem okvirju se temi ne moremo globlje posvetiti, marveč se omejimo na G. Edelmannovo načelo kot našo delovno hipotezo: *Sedanjest doživljamo vedno kot preteklost, ki se je spominjamo,* kajti vse naše nove izkušnje vrednotimo in uvrščamo skozi sito dosedanjega izkustva.

Osebna izkušnja kot koncept. Izhajamo iz tega, da je vse izkustvo nekega človeka tudi biografsko izkustvo njegovega sebstva, torej tudi *biografsko osebno izkustvo*. Osebna izkušnja kot terapevtski koncept upošteva to okoliščino. Če osebi omogočimo, da izkusi sama sebe, se bo s tem dotaknila vseh biografskih izkustev v sebstvu (spominjana sedanjest). Osebna izkušnja kot koncept je najbolj smiselna v okviru skupinske terapije. Po eni strani vključuje zahtevo po raziskovanju sebe, po drugi strani pa ima za cilj samouresničenje po Maslovu. V psihoterapevtski (kakor tudi v vsakršni drugi) skupini se razvije neposredno po nastanku skupinske povezanosti oz. definiranega skupinskega prostora skupinska dinamika. Ustvarja jo psihodinamska takšnost vsakega udeleženca skupine. *Skupinska dinamika je ena od glavnih delovnih orodij osebne izkušnje.* Ustreza globokemu sebstvu osebe, kot se odraža v osebno zaznanem skupinskem dogajanju kot odraz biografske izkušnje sebe. To pomeni, da predstavlja nezavedne konflikte osebe, ki s potekom skupinske dinamike stopajo v njegovo zavest. *Drugo glavno delovno orodje je razgibanost vsake posamezne osebe znotraj skupine,* tako kognitivna, emocionalna kot tudi motorična razgibanost. Gola navzočnost neke osebe zadošča na začetku, kajti igra skupinsko dinamskih sil se je v vsakem trenutku dotika, razgibava in vznemirja. Nekoč pa pride trenutek za vsako osebo, da začne govoriti, se odpre in jo skupina sprejme. S tem se začne proces vzpostavljanja zaupanja in tako se terapevtski proces pogloblja in postaja intimnejši.

V takšni skupinski dinamiki doživi vsak udeleženec, da ima tudi drugi bolj ali manj enake probleme (v sebstvu so vse identitete združene). S tem vsak udeleženec vedno bolj čuti, da je njegov lastni problem (npr. sram) nekaj »normalnega«. Vsak udeleženec se lahko poleg svojega neposrednega dela v skupini tudi z opazovanjem drugih spominja svoje lastne zgodbe (spominjana sedanjest) in jo pri nadaljnjem skupinskem dogajanju sam zase predeluje (uči se npr. coping strategij). Tako doživi vsak udeleženec v drugih nekakšno psihosocialno zrcaljenje, kar vodi do vedno večje bližine in zaupnosti v skupini. S tem doživi v okviru socialnega polja skupine korektivno izkušnjo kot terapevtski poskus razrešitve starih vzorcev. Povratne informacije skupine ji dajo podporo in ji pri ustreznosti velikosti skupine omogočijo neposreden

prenos v realnost.

Okoliščina, da se udeleženci skupine več naučijo drug od drugega kot od skupinskega terapevta (Yalom, Skupinska terapija 1974), daje tudi vodji skupine drugačno pozicijo kot individualne psihoterapije. Kot nekakšen supervizor skupinske dinamike nadzira skupinsko dogajanje.

Seting je izkustveni prostor, v katerem se neprestano spreminja struktura skupinske dinamike, ki podobno kot fazni prostor v teoriji kompleksnih sistemov količi okvir možne osebne izkušnje. Z različnimi intervencijskimi tehnikami nastane trajno osciliranje med individualnostjo (lastno osebno izkušnjo) in kolektivnostjo (socialnim feedbackom/integracijo). To osciliranje med polarnostjo individualnosti in kolektivnosti pogojuje na ozadju vsakokratne lastne skupinske dinamike biografsko izkušnjo sebe, kar omogoči spreminjanje lastnega izkustvenega prostora in nazadnje osebno izkušnjo sebe. V skladu z Luhmannovim načelom, da biva vsak človek le po drugem, je izkustvo lastnega sebstva mogoče le po drugih. Koncept osebne izkušnje je torej koncept, ki temelji na ideji mreže kompleksnih sistemov in ima cilj, da se pacient zave samega sebe in svojega socialnega delovanja, da bi tako dosegel najvišji cilj Maslovove piramide potreb – samouresničenje.

Vodja skupine mora biti pozoren na to, da ostajajo vsi člani skupine v medsebojni komunikaciji. Sčasoma pa to nalogo prevzame skupina sama, kar ji tudi podeli enkratno kohezivnost. Dejstvo je namreč, da se vse moje skupine po treh letih skupinske terapije še nadalje »leaderless« sestajajo kot nekakšne skupine samopomoči na višji stopnji. Še nadalje se podpirajo in si pomagajo pri osebnih problemih, tako kot so se naučili v skupini osebne izkušnje.

Miran Možina: Nov izziv za slovensko psihoterapijo: osebna izkušnja in učna terapija v okviru fakultetnega študija psihoterapije

Zavezanost stalnemu spodbujanju osebnega zorenja naj bi krasila vsakega psihoterapevta, saj je kot oseba svojim klientom glavno zdravilo. Freud je učno analizo postavil za enega od stebrov usposabljanja za terapevta. Tej tradiciji, ki jo danes bolj označujemo z besedami »osebna izkušnja« in »učna terapija«, sledimo tudi v okviru fakultetnega študija psihoterapije.

Fakultetni študij psihoterapije v organizaciji Univerze Sigmunda Freuda iz Dunaja in Slovenske krovne zveze za psihoterapijo, ki omogoča študij psihoterapije takoj po maturi, se je kot izredni študij začel oktobra 2006. Trenutno sta vključeni dve generaciji (skupaj okoli 90 študentov), poteka pa že vpis tretje generacije, pričakujemo okoli 50 novih študentov. Število študentov torej hitro narašča in bo še hitreje, ko bo študij akreditiran v Sloveniji in še posebno, ko bo s koncesijo takoj po maturi omogočen redni študij. Že kvantitativno glede na število študentov torej predstavlja zagotovitev osebne izkušnje nov velik izziv za slovensko psihoterapijo. Seveda pa predstavlja velik izziv tudi uskladitev kriterijev in standardov za osebno izkušnjo med različnimi psihoterapevtskimi šolami oz. pristopi, saj obstaja velika pestrost glede njene organizacije in izpeljave.

Zato je eden glavnih ciljev letošnjih študijskih dni, da bodo najpomembnejši psihoterapevtski pristopi pokazali svoje modele osebne izkušnje oz. učne terapije, ki bodo vgrajeni tudi v fakultetni študij psihoterapije. Cilj je tudi izdelati minimalne standarde za različne oblike učne terapije (npr. za kratkotrajne, dolgotrajne; za individualne, za pare, družinske, skupinske itn.) in postaviti temelj za Nacionalni register učnih terapevtov in supervizorjev. Z večanjem obsega psihoterapevtskih izobraževanj v naslednjih letih se bo namreč v Sloveniji skokovito tudi povečala potreba po učnih terapevtih in supervizorjih.

Po normativih Evropske zveze za psihoterapijo je potrebno za pridobitev Evropske diplome iz psihoterapije zbrati najmanj 250 ur osebne izkušnje. Isti obseg osebne izkušnje se predvideva v osnutku predloga zakona o psihoterapevtski dejavnosti, ki je še v pripravi na Ministrstvu za zdravje. Od tega naj bi najmanj 150 ur bilo opravljenih pri istem terapevtu, kar naj bi zagotovilo izkušnjo dovolj dolgega in kontinuiranega osebnega terapevtskega procesa. Predvidevajo se tudi

izjeme, saj nekateri znanstveno priznani psihoterapevtski pristopi omogočajo kvantitativno večji obseg osebne izkušnje v skupini (npr. psihodrama) ne pa individualne izkušnje. Tak obseg osebne izkušnje zato priporočamo tudi našim študentom, če bodo hoteli priti do licence za opravljanje psihoterapevtskega poklica, ko bo v Sloveniji sprejet zakon o psihoterapevtski dejavnosti. V okviru študija zagotavljamo študentom v prvem letniku 50 ur osebne izkušnje v skupini. Pomembno se nam namreč zdi, da že takoj na začetku študija študentje izkusijo ta pomembni steber psihoterapevtskega izobraževanja oz. usposabljanja in tudi na ta način preverijo, ali so izbrali pravilno poklicno pot. Za ostali del osebne izkušnje morajo študentje v nadaljevanju študija poskrbeti in tudi plačati sami učnemu terapevtu, ki so ga izbrali izmed učnih terapevtov vključenih v nacionalni register (ko bo ta seveda nastal). Vodstvo fakultetnega študija ne more zahtevati, da je osebna izkušnja v obsegu 250 ur (posebno pa še za 150 ur, za katere naj bi študent poskrbel sam pri enem učnem terapevtu) pogoj za pridobitev magistrske diplome iz psihoterapije, lahko to samo priporoča. Vsekakor pa bo to, kot bo tudi določal zakon, pogoj za pridobitev licence.

Iz etičnega vidika je pomembno, da je osebna izkušnja študentov v krogu zaupnosti, kar pomeni, da o njej učni terapevti ne poročajo navzven, npr. učnemu osebju ali vodstvu fakultetnega študija (ti. »non-reporting« sistem). Učni terapevt izda samo potrdilo o obsegu opravljene osebne izkušnje. Po tej logiki naj bi se namreč kvaliteta osebne izkušnje kazala posredno v tem, kako študent napreduje v supervidirani praksi s klienti. Z drugimi besedami, študentovo osebno zorenje se posredno kaže v njegovem načinu dela s klienti. Supervizor je za razliko od učnega terapevta dolžan poročati o študentovemu napredku (ti. „reporting“ sistem). V primeru da študent v superviziji ne napreduje v skladu s študijskimi standardi, mu supervizorji lahko predlagajo: dodatni študij neke teorije, dodatno prakso pod supervizijo ali dodatno učno terapijo.

Zahtevnemu novemu izzivu, kako edukantom in študentom psihoterapije zagotoviti dovolj velik obseg in hkrati dobro kvaliteto osebne izkušnje, bomo slovenski psihoterapevti kos samo, v kolikor bomo povezani in v kolikor bomo dobro sodelovali. Projekt fakultetnega študija psihoterapije je klic k povezovanju in sodelovanju različnih psihoterapevtskih pristopov in izziv za razvoj pod skupno streho. Zahteva napor, da pogledamo širše, vsak preko plota svojega vrtička, na katerem sicer rastejo krasne rože pristopa, s katerim se vsak od nas najbolj identificira.

DELAVNICE, REFERATI ...

1. Emil Benedik: Predstavitev primera psihoanalitične psihoterapije pacientke z narcisistično motnjo

Oblika prispevka: *prikaz primera*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

Ključne besede: *narcisizem, psihoanalitična psihoterapija, primer*

Predstavljam primer pacientke z narcisistično motnjo, ki je sodelovala v individualni psihoanalitični psihoterapiji. Terapija je trajala približno štiri leta in pol. Potekala je enkrat tedensko in je zajemala 140 seans. Pacientka je poiskala pomoč ob izgubi službe, zaradi konflikta s partnerjem in strahu pred izgubo svojega psihičnega zdravja. V začetnih seansah si je za cilj postavila bolj pozitiven pogled na življenje, bolj pozitivno samopodobo in da jo vsakodnevne obremenitve ne bi tako prizadele. Med terapijo sva največ pozornosti posvetila odnosom z aktualnimi pomembnimi osebami (s šefom, z bivšim partnerjem, s »taščo« in sinom) v povezavi z zgodnjimi objektnimi izkušnjami v primarni družini ter s težavami v doživljanju same sebe. Posebno pozornost sva posvetila prevladujočim obrambno-varovalnim mehanizmom, kot so nezrela idealizacija, razvrednotenje, razcep, projekcija, introjeksijska itd. Pacientka je med terapijo deloma integrirala svoja doživljanja sebe in drugih, postavila jasnejše in trdnjše meje ega, kar ji je omogočilo uspešnejše razreševanje medosebnih konfliktov in učinkovitejše sodelovanje z drugimi ljudmi. Poleg tega se je izboljšala njena samopodoba, postala je bolj čustveno stabilna in samozavestna. Problem odnosa s sinom pa je ostal pretežno nerazrešen, pacientka ob začetnih

uspehih ni bila več dovolj motivirana za nadaljnje delo.

2. Martin Bertok: Psihoterapevtov nezavedni življenjski načrt (skript) in profesionalizem

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

Ključne besede: *kontratransfer, psihološke igre psihoterapevtov, supervizija*

Ozaveščanje predzavedne motivacije psihoterapevtov za izbor poklica je eden od temeljnih predpogojev profesionalne rasti študentov psihoterapije. Uporaba psihoterapevtskih intervencij, tehnik in strategij tretmana je lahko za klienta učinkovita le, ko slednje psihoterapevt zavestno izbira. Na delavnici bodo udeleženci povabljeni k psihodinamičnim vajam, v katerih bodo lahko odkrivali svoje predzavedne motive za izbor psihoterapevtskega poklica, in diskusiji.

3. Martin Bertok: Skupinska učna transakcijsko analitična psihoterapija

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *10*

Ključne besede: *terapevtski proces, skupinska psihoterapija, supervizija*

Delavnica bo obenem demonstracija prve skupinske psihoterapije, kakršne se udeležujejo študentje prvega ali drugega letnika edukacije v TA na našem inštitutu IPTA (Inštitut za psihoterapijo transakcijske analize). Vabljeni ste vsi udeleženci, ki ste pripravljeni biti več kot poslušalci in ki ste pripravljeni izpostaviti osebni problem za psihoterapijo. Med delom bom podajal tudi razlage terapevtskih procesov, zadnjih 20 minut pa bo namenjenih vprašanjem in komentarjem udeležencev (največ 10).

4. Nataša Bider Humar, Barbara Kutnar, Metka Mejač Toplišek, Erika Zabret: Odnosi v delovnem kolektivu kot priložnost za osebno rast terapevtov

Oblika prispevka: *prikaz primera*

Maksimalno št. udeležencev: *30*

Ključne besede: *terapevtski delovni kolektiv, osebna rast, vzdušje varnosti, popolna odkritost*

Psihoterapevti lahko različno strokovno in osebno rastejo, npr. v okviru samega študija, z dodatnimi strokovnimi izobraževanji in izpopolnjevanji, skozi terapevtsko prakso, individualne in skupinske supervizije oz. intervizije terapevtov, proces lastne terapije ipd. Redko morda pomislimo na to, da je tudi delovno okolje ena od pomembnih priložnosti za osebno rast terapevtov.

V prispevku bodo avtorice osvetlile izkušnjo medsebojnih odnosov v svojem terapevtskem delovnem kolektivu. Ključni pogoj za osebno rast na delovnem mestu je, kot kažejo njihove izkušnje, temeljno vzdušje varnosti, v katerem lahko vsakdo popolnoma odkrito spregovori o svojem doživljanju in čutenjih ob sodelavcih v različnih situacijah, ob tem pa ve, da odnos zaradi tega ne bo prekinjen, ampak se bo še poglobil in utrdil. Za doseg tega cilja je po njihovem mnenju nujno, da v konfliktni situaciji vsak od udeleženi prevzame odgovornost za svoja čutenja, mišljenje in ravnanje. Takšna kakovost odnosov med sodelavci posredno vpliva tudi na večjo strokovnost njihovega dela ter povečuje suverenost in učinkovitost organizacije navzven.

Delavnica bo izkustveno naravnana in obogatena s predstavitev konkretnih primerov odnosov med terapevti v delovnem kolektivu s pomočjo igre vlog.

5. Janko Bohak: Delo s sanjami v psihoanalizi

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *10*

Ključne besede: *psihoanaliza, delo s sanjami, proste asociacije, via regia*

Vsak udeleženec prinese na delavnico svoje sanje, ki so se ga močno dotaknile ali so se mu v nekem življenjskem obdobju ponavljale in je tako prišlo do serije sanj. Zaradi psihoanalitične obravnave konkretnih sanj je število udeležencev omejeno na deset. Zaradi zanimanja udeležencev sta predvidena dva termina. Cilj delavnice: senzibilizacija za individualno govorico sanj in spodbuda za vključitev sanj v delo na sebi oz. v delo za osebnostno rast.

6. Heliodor Cvetko: Risanje drevesa za zamudnike

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 12

Ključne besede: *risanje drevesa, kreativni mediji, psihoterapija*

Uporaba kreativnih medijev omogoča *dober vpogled* v osebnost posameznika. *Kreativni mediji dajejo možnost dojeti človeka z različnih vidikov in večplastno. Pri tem seveda ne gre za to, da bi lahko v merskem smislu merili kvantitete jaza, temveč da v celoti kliničnih informacij pridemo do sklepov in najcelovitejše slike posameznikove osebnosti (njegovega osebnostnega delovanja, kompetenc, performance ...).* Po moji presoji je risanje drevesa (po K. Kochu) za doseganje teh ciljev skoraj idealna tehnika. *Že kot razvojni in projektivni test lahko da veliko informacij o klientu. Še dragocenejši pa so podatki, ki jih dobimo s »skupno analizo«, ko izdelek analiziramo skupaj s klientom. Drevo je eden od prasimbolov človeka, idealno sredstvo za identifikacijo in projekcijo človeka, njegove usode, življenja, njegove preteklosti, sedanjosti in prihodnosti. Najkoristnejši del uporabe risanja drevesa v terapevtske namene pa je po mojem mnenju faza, ko pacienta usmerjam v razmišljanje o prihodnji usodi »tega drevesa«. Zanimivo je, koliko pravzaprav vedo ljudje o drevesih, rastlinah, naravi itn., in to tisti ljudje, ki pravijo, da se na te stvari ne spoznajo. Predvsem pa je pomembno to, da veliko lažje razmišljajo o usodi in prihodnosti drevesa pred seboj kot pa o svoji lastni.*

Takšen način uporabe risanja drevesa omogoča pacientu doseči ekscentrični položaj oziroma zrenje na sebe z določene razdalje in določenega zornega kota. S tem pa dobi možnost preseči miselno blokado in ponovno pridobi dostop do baze lastnih izkušenj, s tem pa do lastne kreativnosti oz. do možnosti nadaljnjega razvoja.

OPOMBA

NEKAJLETNOPREDSTAVLJANJETOLMAČENJARISBESADNEGADREVESAZAKLJUČUJEMZLETOŠNJO DELAVNICO ŽELIM DA UDELEŽENCI PRINESETE SEBOJ MORE BITNERISBEDREVES/SVOJE PRIMERE ZA ANALIZO NA DELAVNICI PREDSTAVILBOM TUDI NEKAJ PRIMEROV ANALIZ ZNANIH SLOVENCEV NA PODLAGI NJIHOVIH RISB DREVESA.

7. Miha Černetič: Čuječnost: biti tukaj in zdaj

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 20

Ključne besede: *čuječnost/mindfulness, zavedanje, sprejemanje, kontakt, meditacija*

Čuječnost (ang. mindfulness) pomeni polno zavedanje in hkrati sprejemanje svojega doživljanja v sedanjem trenutku. Koncept postaja tudi v psihoterapiji čedalje bolj aktualen. Na delavnici bo možno čuječnost поблиžje spoznati tako teoretično kot praktično. Predstavljena bo čuječnost in njeni pozitivni učinki na številnih področjih, s praktičnimi vajami čuječnosti pa bodo lahko udeleženci učinkovanje polne prisotnosti v sedanjem trenutku izkusili tudi sami.

8. Tomaž Erzar: Učna terapija v relacijski družinski psihoterapiji

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

9. Tomaž Flajs: Pomen in vloga učne terapije v izobraževanju za gestaltterapevta

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 20

Ključne besede: *gestaltterapija, učna terapija, učni cilji in rezultati, preverjanje kompetentnosti*

Na delavnici bosta predstavljena pomen in vloga učne terapije v kontekstu izobraževanja za gestaltterapevte na Inštitutu za gestaltsko terapijo, Ljubljana – GITA. Osredotočili se bomo na dve temeljni vprašanji: Katere učne cilje in rezultate dosega edukant GITE s pomočjo lastne terapevtske izkušnje v vlogi klienta? Kako se to preverja na zaključnem izpitu?

Pri predstavitvi odgovorov bomo izhajali iz predstavitve učnih ciljev in rezultatov izobraževanja kot celote, ki določajo tako pot posamezne komponente izobraževalnega programa kot tudi način preverjanja doseganja teh ciljev in rezultatov na zaključnem izpitu. Kajti le izhajajoč iz izobraževalnega programa obravnavanega kot celote in upošteva temeljne principe gestaltterapije, je mogoče ustrezno razumeti specifično vlogo in pomen učne terapije v procesu osvajanja psihoterapevtske kompetentnosti.

Del delavnice bo posvečen vprašanjem udeležencev in odgovorom nanje, z možnostjo diskusije na obravnavano temo.

10. Rožana Grdina: Lepota in njena moč revitalizacije

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 20

Ključne besede: *konflikt, ustvarjalnost, sinteza, harmonija, lepota*

Komu od nas ne zastane dih ob pogledu na cvetočo češnjo, ki jo skrbno obletavajo čebele, rdeče ožarjeno nebo sončnega zahoda, umetniško sliko ... Svet lepote se nam odstre ob poslušanju glasbe, branju poezije, opazovanju ptice, objemu ... Toda lepota biva še drugače. Biva v vsakem izmed nas, globinah naše psihe, svetu nezavednega. Pogled v ta svet običajno sproži konflikt, dvome in strah pred »grdim«. To nas odvrne od nadaljnjega raziskovanja. Ostajamo v svetu znanega, čeprav pustega doživljanja. Konflikt je pot k lepoti, je pot k celovitosti človeka. Umetniki ga poznajo kot ustvarjalni konflikt, ki jim odpre vrata v novo stvaritev – manifestacijo lepote. Psihosinteza vodi človeka k integraciji različnih delov osebnosti, ki nemalokrat živijo med seboj v konfliktu. Popelje ga v ustvarjalni proces sinteze »lepih in grdih« delov sebe v novo harmonično celoto. Posledica tega procesa je prav lepota. Na delavnici se bomo s tehnikami psihosinteze podali v stik z lepoto, ki lahko globlje osmisli naš obstoj, delo in rast.

V trenutku, ko dopustimo, da se nas lepota resnično dotakne, se prične proces revitalizacije tistega našega dela, ki so ga življenjski dogodki grobo prizadeli ali celo zlomili (Piero Ferrucci).

11. Marko Iršič: Terapevtski učinki družinske medicije

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 25

Ključne besede: *mediacija, družinska medicija, razreševanje konfliktov, razvijanje konstruktivnih vedenjskih vzorcev*

Družinska medicija je način razreševanja spornih vprašanj med družinskimi člani oz. med partnerji, partnerji v razhajanju ali bivšimi partnerji. Mediacija poteka pod vodstvom mediatorja, ki skrbi za konstruktivnost pogovora in usmerja proces v smeri iskanja rešitve. Cilj medicije je sicer razreševanje spornih vprašanj, vendar pa sam način poteka iskanja rešitve deluje terapevtsko na udeležene, še posebej če sta dva pripravljena prisluhniti in razumeti drug drugega. Med medicijo razrešita določene konflikte, kar posledično prispeva k zmanjšani napetosti v odnosu in prispeva k bolj zdravemu odnosu toliko bolj, kolikor težje narave je konflikt. Poleg

tega se udeleženci mediacije učijo oz. pridobivajo izkušnjo bolj konstruktivne komunikacije oz. obvladovanja konfliktov, kot pa so ga bili navajeni, in tako razvijajo bolj konstruktivne miselno-čustveno-vedenjske vzorce.

12. Drago Jerebic, Sara Jerebic: Vloga voditelja/psihoterapevta in razumevanje dinamike v skupini mladih/odraslih po smernicah relacijske družinske terapije

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 20

Ključne besede: *voditelj, psihoterapevt, dinamika v skupini, relacijska družinska terapija, kontratransfer, afektivni psihični konstrukt, paralelni proces*

Delo na delavnici je sestavljeno iz vzporedne predstavitve teoretičnih izhodišč in praktičnih primerov, vprašanj in komentarjev udeležencev, igre vlog in simulacijske vaje.

Vsebinska predstavitev delavnice:

Voditelj:

- uporaba kontratransferja v skupini
- dvojno zavedanje voditelja
- prepoznavanje in vpliv voditeljevega afektivnega psihičnega konstrukta na skupino
- voditeljeva katastrofalna pričakovanja
- prepoznavanje in preoblikovanje lastnega osnovnega delovnega modela pri vodenju
- predhodna priprava voditelja in zaključek po odhodu udeležencev
- skupina – zrcalo voditelja?

Skupina:

- prepoznavanje podsistemov, pravil, sistemskih vlog in potreb v skupini
- vzpostavljanje varnosti v sistemu tako za udeležence kot za voditelja: struktura, razmejitev
- upoštevanje in postavljanje pravil
- faze v paralelnem procesu uglaševanja in umirjanja skupine in voditelja
- razumevanje dinamike v skupini na sistemski, medosebni in notranjepsihični ravni

13. Romana Kebe: Anima in animus

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 11

Ključne besede: *ženski princip, moški princip, proces individuacije, vizualizacija, transpersonalna psihoterapija*

Jung je definiral animo kot žensko notranjo podobo v moški psihi in animus kot moško notranjo podobo v ženski psihi. Oba principa imata arhetipske osnove in sta nezavedna. S pomočjo sanj in aktivne imaginacije pa lahko začnemo notranji dialog in s tem ozaveščanje njunega pomena v našem procesu individuacije.

Anima oz. ženski princip spoštuje sodelovanje in sprejemanje, senzitivnost, inspiracijo, intuicijo, kreativnost, sintezo, vizije in duhovno rast. Njen poudarek je na "biti" (*being*). Animus pa je usmerjen v akcijo, logiko, dominantnost, razum, znanost, analizo, materializem, avtoriteto in tekmovalnost. Njegov poudarek je na "delovati" (*doing*). Če želimo živeti v harmoniji s seboj, z drugimi ljudmi in s planetom, na katerem bivamo, moramo njune kvalitete uravnovesiti in spoznati, kako vplivajo na nas.

Izkustvena delavnica bo potekala v obliki predavanja, vizualizacije in aktivne imaginacije, konsolidacije in pogovora v manjših skupinah (po želji).

14. Anita Kežar Škulj: Core energetika – razvijanje sposobnosti ljubiti in zdraviti

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 20

Ključne besede: *Jedro – bit, maska, nižji jaz, obramba karakterja, preobrazba negativnih aspektov terapevtove osebnosti v kreativno celoto, core – energijske vaje*

Core energetika je telesna psihoterapija. Predstavlja sistem za razvoj osebnosti in zdravljenje, ki pri svojem delu povezuje um, čustva, telo in duha. Fizično telo je laboratorij življenja, skozi katerega izrazimo čustva, misli in duhovni jaz. Delo s telesom nam je v pomoč za soočanje z obrambnimi reakcijami naših čustev, ki sestavljajo obrambo karakterja.

Na delavnici bomo doživeli neposredno izkušnjo stika s posameznimi aspekti. Skozi telesne vaje boste občutili, kako v svojem telesu držite masko – obrambo, ter spoznali, kako njeno vzdrževanje neposredno vpliva na pretok energije in zavesti.

V procesu se bomo dotaknili nižjega jaza – sence, ki se nahaja pod masko in prekriva izvorno prizadetost. Pomemben del core energetike je prav delo s temno stranjo, ki pa je v resnici del vitalne energije, ki se je na poti iz jedra izkrivila in zmaličila. Naša pripravljenost, da vstopimo v ta del nas, privede luč v sence, ki se tako transformirajo nazaj v vitalnost in zdravje.

V tretjem delu procesa si bomo dovolili neposreden stik z izvorno prizadetostjo. Spoznali bomo, da ne nosimo le mi prizadetosti v sebi. Tako spoznanje vodi v priznanje samemu sebi in sprosti psihosomatsko napetost kot posledico prekrivanja.

V zadnjem delu se srečamo z lastnim bistvom, virom vitalnosti, ljubezni. Izkusili boste, kako lahko sedaj kot odrasla oseba prevzamete odgovornost zase in izpolnite potrebo, ki v preteklosti ni bila izpolnjena.

Tako je krog sklenjen.

Core energetika meni, da je potrebna osebna izkušnja terapevta zato:

1. da s svojim klientom ustvari resničen kontakt;
2. da lahko v procesu zdravljenja podprži klienta na točki, skozi katero je sam že šel;
3. da prepozna, kdaj deluje iz svojega jedra in kdaj iz obrambe – ega.

15. Ingo Klimkus: Osebna izkušnja: struktura in dinamika v globinskopsihološki psihoterapiji

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

Ključne besede: *skupinska terapija, bistvo osebne izkušnje*

Osebna izkušnja predstavlja multidimenzionalen koncept, ki se ga poslužujemo v skupinskih kontekstih. Pojem izhaja iz humanističnih terapevtskih postopkov. Razdelimo ga v:

- doživljam (izkušam) samega sebe,
- spoznavam samega sebe,
- vidim se kot socialno bitje.

Zato se osebna izkušnja dotika treh ravni: intrapsihične dimenzije (sebstva) – spoznavanja lastne identitete (jaza) – interakcijske dimenzije (mi). Za teoretsko osnovo lahko služijo psihoanalitična psihologija, psihologija selfa, različni humanistični postopki (na primer telesna terapija, gestaltterapija) in sistemska psihoterapija.

V delavnici se bomo ustavljali ob tem, katere dodatne razsežnosti se dodajajo v primeri s tradicionalnim transfernim dogajanjem v individualni terapiji in katere spoznavne in izkustvene možnosti se s tem omogočijo posamezniku.

Podajanje bom začel:

1. kako deluje skupina (transferni mehanizmi)
2. položaj posameznika v skupini
3. fleksibilnost skupinskega setinga
4. položaj vodje skupine

Potem bomo natančneje pogledali, kaj je bistvo osebne izkušnje. Osebna izkušnja kot terapevtski koncept v okviru skupinske dinamike ponuja tudi možnost direktnega transfera

psihoterapije v vsakdanje življenje. Udeleženec se ne doživlja več le kot pacient, marveč tudi kot sooblikovalec svojega lastnega procesa. K temu se doda še vežbanje socialnih kompetenc, npr. govorjenje pred skupino, možno je neposredno preverjati vse pomembne funkcije jaza in jih znova prevesti v terapevtski proces (skupina kot samoreferenčni sistem). Osebna izkušnja pomeni zato tudi vedno znova preverjati samega sebe. Temeljnega pomena pa je, da težišče terapevtskega dela izhaja iz afektivnosti in od tam naj privede v spoznanje, skladno z načelom, da lahko le emocionalno doživeto spoznanje postane trajna izkušnja. Osvetlili bomo tudi nekaj primerov iz skupinske osebne izkušnje.

V praktičnem delu bom seznanil udeležence z nekaterimi lažjimi tehnikami in s situacijami, da bodo lahko neposredno izkusili, kaj osebna izkušnja v resnici pomeni, namreč da osebno izkušnjo lahko dejansko izkusiš le sam.

16. Leonida Kobal Možina: Meditacija in psihoterapija

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 20

Ključne besede: *samoopazovanje, prisotnost, osebostni razvoj, čustvene težave*

Tradicionalni modeli samospoznavanja, kot je npr. joga, zen in znotraj tega različne meditativne tehnike, so združljivi s psihoterapijo. Meditativne tehnike omogočajo psihoterapevtu razvijanje večje prisotnosti v stiku s klienti, preprečujejo poklicno izgorevanje in omogočajo nenehno samoopazovanje in posredno osebostno rast terapevta.

Pri delu s klienti, tudi z najtežjimi, se je pokazalo učinkovito razvijanje prisotnosti s pomočjo mindfulness meditacije, ki pomeni razvijanje prisotnosti v tu in zdaj, opazovanje misli in občutkov brez presojanja. Meditativne tehnike, ki omogočajo samoopazovanje, pomagajo pri čustvenih težavah, večajo klientovo avtonomijo in ga pripravljajo na samostojno pot samoopazovanja in osebostnega razvoja po zaključku psihoterapije.

Na delavnici bom s pomočjo konkretnih primerov iz prakse predstavila možnosti za povezovanje meditativnih tehnik s psihoterapijo tako iz vidika psihoterapevta kot klienta. Delavnica bo tudi izkustvena, s tem ko bomo preizkusili eno od meditativnih tehnik.

17. Leonida Kobal Možina, Marino Kačič: Osebna izkušnja in učna terapija v sistemski terapiji

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

Ključne besede: *terapevtski proces, udeleženos, terapevtska drža*

Ena od značilnosti psihoterapevtskega dela v sistemskem pristopu je, da ima dvojni fokus. Eden je na metodah dela, drugi pa na procesu, kar med drugim pomeni, da je fokus na "tukaj in sedaj" ter na prihodnosti (kako naprej v smeri rešitev), četudi govorimo o preteklosti. Pri tem so pomembni odnosi tako znotraj klientskega sistema kot med terapevtom in klientskim sistemom. Tako je za nas učinkovit način usposabljanja (ne le prenašanja znanja), da pomagamo edukantu ozaveščati lastno osebno (so)udeleženos v procesu učenja in dela s klienti od začetka izobraževanja v izkušnjah procesa "tukaj in sedaj", saj bo to kasneje njegova temeljna terapevtska drža.

Do osebne izkušnje v okviru našega izobraževanja za sistemski pristop edukanti prihajajo v različnih kontekstih: na velikih trodnevnih seminarjih, seminarju za pare, miniseminarjih, ko udeleženci delajo na sebi v okviru trojk, v okviru supervizije v živo. K temu nameravamo v naslednji fazi razvoja našega izobraževanja dodati še izkušnjo lastnega terapevtskega procesa, ko je posameznik vključen v individualno, partnersko, družinsko ali skupinsko sistemsko psihoterapijo. To obliko bi poimenovali učna terapija.

18. Jože Kociper, Vasja Smole Dubrovnik: Učna terapija v integrativni gestaltterapiji

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 16

Ključne besede: »*teragnoza*«, *patogeneza*, *salutogeneza*, *terapevtski dogovor*, *bimodalna terapija*

V delavnici bomo skušali predstaviti sintetični pogled na jedrni del edukacije za psihoterapevtski poklic.

Učna terapija ni zgolj proces učenja, ampak predvsem proces zdravljenja.

Najprej je treba raziskati pričakovanja pacienta glede terapije. Ali želi biti v vlogi edukanta ali pacienta? Ali sta oba udeleženca, terapevt in kandidat, motivirana za individualno terapijo? Ali obstaja indikacija za začetek terapije?

Temeljne podatke iz anamneze lahko pridobimo s pomočjo risanja in razlage *življenjske panorame*. Včasih nam lahko koristi tudi posebna karierna panorama ali pa opis bolezenske panorame (potek odvisnosti, partnerskega odnosa itd.).

Diagnostični postopek in terapevtske intervencije so pogosto prepletene in neločljivo povezane (kar poimenujemo tudi s pojmom »*teragnoza*«). Raziskujemo življenjsko okolje, socialno mrežo pacienta, njegove probleme, resurse in potencialne, življenjske »konvoje«. Pri spoznavanju sebe (self), jaza in identitete uporabljamo pristop s kreativnimi mediji (risanje, npr. pet stebrov identitete, delo z glino, igranje vlog). Pozorni smo na sistem vrednot in področja smisla.

S pacientom delamo in razmišljamo z vidika *patogeneze*. Skupaj raziskujemo obremenilne dejavnike, kritične življenjske dogodke in patogene stimulacije, npr. deficite, konflikte, motnje, travme. Enako smo pozorni na vidik *salutogeneze*, kaj so njegovi resursi, kakšni so zaščitni dejavniki, odpornost (resilientnost), cilji, obvladovalni mehanizmi in stili ustvarjalnosti.

Ti premisleki so podlaga za načrt obravnave oz. *terapevtski dogovor*, v katerem predelujemo probleme, resurse in potencialne ter diferenciramo *cilje in vsebine* skupaj s pacientom kot partnerjem v smislu osnovnih načel integrativne terapije.

Potek obravnave sledimo in opazujemo s sledečih vidikov:

Kakšen je proces pacienta: transfer, odpori, kontakt, srečanje, odnos, zveza, poteki odporov, oblike sodelovanja, aktiviranje resursov, motivacija, realizacija ciljev, razpon vlog, socialna mreža in vključitev njegovih socialnih svetov ("social worlds").

Kakšne so strategije terapevta: štiri poti zdravljenja, 14 ozdravljajočih dejavnikov: katere kombinacije dejavnikov je uporabil in zakaj.

Izbor fokusa pri fokalni terapiji ter uporaba metod, tehnik, medijev in modalitet, predelava faktorjev patogeneze ter uporaba faktorjev salutogeneze in odpornosti - načrtovanje in opazovanje poteka obravnave; procesualno določanje ciljev obravnave glede na ugotovljene probleme, deficite in tudi glede na potencialne in resurse.

Kakšen je proces terapevta? Transfer/kontratransfer oziroma *delo na transferju* in spremljanje transferja pomeni pripravo in spremljanje uresničevanja spoznanj in odločitev v vsakodnevnem življenju, vključevanje v socialno mrežo in delovanje v njej.

Odločilna je »posvojitve« pacienta, delni angažma in selektivna odprtost, vključenost (involviranje), metarefleksija (reakcije, specifične glede na spol), obremenitve, poudarjene lastne teme, definicija lastne vloge ter odgovor na ponudbo vlog/pripisovanje statusa, eventualna povezava z drugimi terapijami, socialna mreža, vključitev socialnih svetov in položaj njegovih resursov.

Običajno uporabljamo ukrepe *bimodalne terapije*: ob osnovnem psihoterapevtskem procesu spodbujamo prakticiranje sproščanja, tek, delovno terapijo, muzikoterapijo, biblioterapijo,

ponudbe za izobraževanje ...

Od posameznih tem je pomembna predelava travme, delo na žalovanju, tolaženje, suport, delo s kontrolnimi prepričanji in z atribucijami, kognitivna in emocionalna ovrednotenja, spreminjanje iztirjenih življenjskih vrednot ter toksičnih normativnih struktur.

Priprava na zaključevanje in zaključek predstavlja pomembno fazo v učni terapiji. Pogosto terapevt ponudi pomoč pri eventualni možni krizi.

19. Lidija Kociper: Poznavanje osebnostnih lastnosti in partnerski odnos

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

Ključne besede: *značilnosti temperamenta, medosebni odnos, čustvene potrebe*

V življenju smo srečni, če imamo dobre odnose z ljudmi, ki nas obkrožajo. Pa vendarle pogosto živimo s partnerjem, ki je povsem drugačen od nas in ki ne razume naših potreb. Kako se dobro razumeti s svojimi najbližjimi? Preprosto orodje, ki nam pomaga nekoliko izboljšati medsebojne odnose, je razumevanje osebnostnih značilnosti, predvsem značilnosti temperamenta. Te lastnosti je možno prepoznati tako pri sebi kot pri drugih ljudeh. Ko naredimo korak naprej, smo sposobni sprejeti svoje močne in šibke lastnosti in se naučimo, kako jih presegati. Razumevanje in upoštevanje različnih čustvenih potreb pa je tisto, kar pripomore k dobrim medsebojnim odnosom.

Na delavnicah bomo prepoznavali temperamentne lastnosti in se čudili bogastvu različnosti.

20. Lidija Kociper, Jože Kociper: Imago partnerska terapija – kaj je IMAGO?

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

Ključne besede: *imago, zaljubljenost, borba moči, nezavedno v partnerskem odnosu*

Zadovoljujoč partnerski odnos je izjemno pomemben v življenju vsakega od nas. Na tem področju obstaja številna literatura in kar nekaj različnih psihoterapevtskih pristopov.

Edinstven doprinos imago partnerske terapije je teoretično in praktično razumevanje partnerskega odnosa. Partnerja izbiramo na nezavednem nivoju, s pomočjo »imaga«. To je podoba osebe s podobnimi lastnostmi, kot so jih imeli skrbniki v našem otroštvu. Namen izbire partnerja ni zgolj doseganje sreče in prijateljstva, ampak rast in zdravljenje otroških ran. Proces zdravljenja se dogaja v paru samem in ne v odnosu s terapevtom.

Prvi dve stopnji partnerskega odnosa sta nezavedni. Gre za zaljubljenost in borbo moči. V delavnici bomo prepoznavali svoj imago in odkrivali podobnosti med zaljubljenostjo in borbo moči. Skušali bomo izluščiti koristne izkušnje iz tega obdobja za gradnjo zavestnega partnerstva.

Priporočljiva literatura : Harville Hendrix: Najina ljubezen, Orbis, 1999.

21. Ksenija Korenjak Kramar: Psihoterapevt in konfliktni management

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *20*

Ključne besede: *mediacija, mediator, mediacijski postopek, družina, družinska mediacija, konflikti v družini, reševanje konfliktov, konfliktni management*

Mediacija kot način mirnega reševanja sporov se vse bolj uveljavlja na vseh področjih življenja. Pomeni prostovoljen zunajsodni proces, v katerem se udeleženci ob podpori nevtralnega in nepristranskega posrednika (mediatorja) sporazumejo, da bodo izmenjali stališča, odkrili in strukturirali konfliktno točko s ciljem, da bi v skupnem razgovoru izdelali opcije in alternative za doseg sporazumne in samoodgovorne rešitve konflikta.

Mediacijski postopek omogoča, da lahko partnerji v konfliktu, enem postopku, neposredni

soodvisnosti sami iščejo rešitev za vsa, med njimi nastala, sporna vprašanja. S postopkom mediacije in z uporabo mediacijskih veščin lahko torej tako rešujemo konflikte kot tudi z njimi upravljamo. Na delavnici bo predstavljena mediacija kot metoda reševanja in upravljanja s konflikti v različnih okoljih, razmejitev in stične točke z drugimi področji, še posebej psihoterapijo. Mediacija lahko prispeva k osebni rasti terapevta, njegovemu poznavanju tega področja in usposobljenosti na tem področju. Lahko pa je tudi način, s katerim pomaga udeležencem konflikta in s tem prispeva k njihovi kvaliteti življenja.

22. Marko Korenjak: Osebna rast terapevta – delo z vrednotami in s prepričanji v nevrolingvističnem programiranju

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

Ključne besede: *osebna izkušnja, vrednote, prepričanja, NLP*

Nevrolingvistično programiranje se je razvilo kot proces modeliranja treh psihoterapevtov in njihovih načinov dela s klienti. Bandler in Grinder sta opazovala delo družinske terapevtke Satirjeve, hipnoterapevta Ericksona ter gestaltterapevta Perlsa. Rezultat njunega dela je bil dvojen. Dobila sta velik del praktičnih pristopov posameznega terapevta ter podobnosti med njimi in razvila sta sistem pridobivanja tistih ključnih podatkov, ki v terapiji naredijo razliko. V letih od prve izvedbe izobraževanja iz NLP-ja za psihologe in druge profesionalce, ki delajo z ljudmi, se je NLP zelo spremenil, dopolnil in oplemenitil z deli drugih raziskovalcev na tem področju.

Namen delavnice bo predstavitev osnovnih izobraževanj na področju NLP-ja ter opis osebne izkušnje kot standardnega pogoja kateregakoli resnega certificiranja na tem področju. V obliki delavnice bomo predstavili osnovne modele dela z vrednotami in s prepričanji, ki so nastali na podlagi modeliranja dela družinske terapevtke V. Satirjeve.

23. Marko Korenjak: Zavestno sanjanje in prekinitev nočnih mor

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

Ključne besede: *osebna izkušnja, vrednote, prepričanja, NLP*

Leta 2006 je bila na Univerzi v Utrechtu, Oddelku za klinično psihologijo, izvedena pilotska študija ovrednotenja rezultatov tehnike kognitivnega prestrukturiranja ali LDT (lucid dreaming treatment) pri klientih, ki so imeli kronične nočne more. Rezultat študije je pokazal, da ni bilo pomembnih razlik v kvaliteti spanja in PSD, bila pa je razlika v frekvenci nočnih mor. S pomočjo tehnike LDT tako ne moremo vplivati na primarne terapevtske komponente, lahko pa vplivamo na pogostost nočni mor.

Na delavnici bomo predstavili osnovne značilnosti zavestnega sanjanja. Prikazali bomo možen potek spremljanja svojih sanj ter oblikovanje mini kognitivno-vedenjskih strategij, ki nam lahko pripomorejo k zavestnem sanjanju. Področje zavestnega sanjanja se danes raziskuje predvsem na področju dodatne pomoči pri psihoterapevtskih obravnavah (soočanja s fobijami, zmanjševanje nočnih mor ...) ter na športnem področju kot možnost za dodatno mentalno pripravo športnika.

24. Milan Krajnc Pavlica, Simona Krajnc Pavlica: Kako v poslovnem procesu preprečiti prenašanja odgovornosti

Oblika prispevka: *delavnica, referat*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*

Ključne besede: *transakcijska analiza, realitetna terapija, nevrolingvistično programiranje, projektno vodenje, poslovni proces, odgovornost*

Praksa je pokazala, da je najučinkovitejše orodje za organizacijo delovnega procesa projektno vodenje. Vendar je edini pogoj, da vsak izvajalec za svoja dejanja sprejme popolno odgovornost. Tako je treba pri uvajanju projektnega vodenja v delovni proces uporabiti realitetno terapijo. Če se pri posameznikih »zatakne« in ne morejo preko svojih »navad«, je treba za raziskovanje vzrokov uporabiti transakcijsko analizo. Če klient ni sam sposoben stopiti iz svojega vzorca, moramo ponovno uporabiti realitetno terapijo, da ozavešči. Ker pa je takšen postopek lahko dolgotrajen, tega žal poslovni proces ne prenese, zato moramo zamenjati izvajalca v poslovnem procesu. Praksa je pokazala, da lahko čas skrajšamo z neurolingvističnim programiranjem, tako da klientu zamenjamo vzorec, in poslovni proces teče nemoteno naprej. V poslovnem procesu je samo ena metoda skoraj neuporabna, s kombinacijo večih modalitet psihoterapije pa je psihoterapija v poslovnem procesu zelo uporabna in tudi zelo dobra poslovna priložnost za psihoterapevte.

25. Bojan Krivec: Uspešen javni nastop – kako dobro predstaviti sebe in svoje delo

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 20

Ključne besede: *javni nastop, retorika, verbalna in neverbalna komunikacija, trema, stres*

V vlogi govornika se prej ali slej najdemo vsi. Pride trenutek, ko je treba pred skupino ljudi predstaviti svoje delo, ideje, podati svoje mnenje, izjavo ... Dobremu projektu lahko s slabo predstavitvijo zapremo vrata, nasprotno pa lahko npr. poslovne partnerje z dobro predstavitvijo navdušimo za sodelovanje. Uspešen javni nastop sestavlja verbalno in neverbalno podajanje vsebine. Glavne ovire so trema, strah pred neuspehom in nepripravljenost, vendar lahko z učenjem vsakdo postane dober govorec.

Na delavnici so praktično prikazane osnovne veščine verbalne in neverbalne komunikacije ter kako domiselno in izvirno sestavimo govor, predavanje, predstavitev in podobno.

26. Damjan Kolarič, Alenka Savnik: Mali koraki na poti iz krize – izbor smeri rešitve v družinski terapiji

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 16

Ključne besede: *kriza, prihodnost, mali koraki, trans, sidro, cilj, učenje*

Model kratkotrajne, k rešitvam usmerjene sistemske psihoterapije, sta na osnovi dela Milтона H. Ericksona razvila Steve de Shazer in njegova žena Isoo Kim Berg in je osnova tudi kratkotrajni sistemski družinski psihoterapiji – modelu reke življenja, avtorja Petra Nemetscheka, nemškega družinskega terapevta, ki izhaja iz Ericksonove šole.

Peter Nemetschek je svojo psihoterapevtsko smer in delo predstavil v Sloveniji na pobudo skupine naših strokovnjakov, ki so zaključili triletni študij v okviru Nemškega združenja za družinsko terapijo in svetovanje. Z njihovo pomočjo je tudi eni skupini pri nas omogočil triletni študij.

Že v prvih študijskih dnevih SKZP sta psihoterapevtsko delo in svetovanje po modelu reke življenja predstavila mag. Miran Možina, dr. med., psihiater in sistemski terapevt, ter Mojca Kramer, univ. dipl. psihologinja, sistemska družinska terapevtka, na lanskoletnem mednarodnem kongresu SKZP pa sta bili na to temo prijavljeni tudi dve delavnici.

Damjan Kolarič in Alenka Savnik sva, kot udeleženca v izobraževanju iz kratkotrajne družinske sistemske psihoterapije po Petru Nemetscheku, začela delo s klienti v terapevtskem paru. Za seboj imava že nekaj let izkušenj, ki naju vzpodbujajo, da jih predstaviva:

- Kratka predstavitev modela reke življenja (RŽ).
- S primerom dveh družin se zrcalijo mali koraki v območju krize, s katerimi se klienti približujejo cilju v bližnji prihodnosti (delo z družinama bo prikazano z videoposnetki).

- Z uporabo transa klienti lahko začutijo moč, da uresničijo notranjo podobo prihodnosti. Z uporabo tehnike sidranja pa vzpodbudimo tista čustvena stanja, ki vplivajo na mišljenje in vedenje. Kako naj ta stanja, ki smo jih že sprožili in prepoznali, uporabimo, da bi si okrepili notranjo moč? Na določen način si moramo zagotoviti, da nam bodo vedno na voljo, in jih utrditi tukaj in sedaj. S pomočjo takega sidra (čustvenega stanja) sprožimo vir moči, ki nam lahko pomaga k spremembi. To pomeni, da lahko v dani želeni situaciji ali kritičnem trenutku, reagiramo/ravnamo na želen način, ki je povezan s spremembo, in omogočimo prenašanje pozitivnih čustvenih virov iz preteklih doživetij v sedanje situacije, kjer jih želimo imeti pri roki.

- Predstavitvi primerov sledi delavnica, v kateri preizkusimo, kako deluje takšno delo na sebi, z lastnimi občutki ...

27. Anica Koprivc Prepeluh, Alja Tekalec: Učenje prepoznavanja in ovrednotenja čustvenega dogajanja ter njegov pomen

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 20

Ključne besede: *prepoznavanje in ovrednotenje čustev, razmejevanje čustev, relacijska družinska terapija, varen odnos, usposabljanje terapevtov*

Tema delavnice bo pomen in učenje čustvenega prepoznavanja in ovrednotenja dogodkov ter njihov pomen za osebno rast tako v vsakdanjem življenju kot v terapiji. Poglobljeno zavedanje lastnih čustvenih odzivov in dinamične čustvene povezanosti z drugimi je osnova našega terapevtskega pristopa. Gre za sposobnost, ki jo med usposabljanjem za terapevta relacijske družinske terapije načrtno razvijamo in ki jo skušamo nato posredovati našim klientom kot osnovno orodje za razumevanje sebe, svojih odnosov z drugimi in njihovo urejanje. Sposobnost prepoznavanja čustev in razmejevanje med tem, kar je res »moje« in kar mi je »vsiljeno« pa se ne znam zavarovati pred tem, je namreč ključna za funkcionalno življenje. Ta me kot osebo usposobi za samostojno držo, ko s prisluškovanjem in z zaupanjem v lastne čustvene odzive lahko usmerjam sebe, gradim kvalitetne odnose z drugimi in se znam tudi zavarovati pred dogajanjem, ki razdiralno posegajo vame. Je pa precej odvisna od tega, ali živim in imam vzpostavljene varne in zdrave odnose. V delavnici želiva predstaviti nekaj načinov, kako lahko to čustveno prepoznavanje razvijamo. Ob tem želiva predstaviti tudi izsledke pilotske raziskave o izkušnjah terapije, ki so v pomoč, ki je bila izvedena na treningih med študenti zakonske in družinske terapije. Pričakuje se aktivna udeležba prisotnih s svojimi odzivi.

28. Marinka Lamprecht, Simona Grdina, Martina Zorko: Supervizija – znanje za ravnanje

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: 15–20

Ključne besede: *supervizijski odnos, refleksija, izkustvo, izkustveno učenje, podpora*

Poznavanje, povezovanje in uporaba različnih terapevtskih pristopov, ki jih pri svojem delu uporabljajo supervizanti, je za vsakega supervizorja izziv. Na delavnici bomo (supervizorka in 2 supervizantki) s primerom iz delovne prakse ponazorile potek učenja (in odučenja) v supervizorskem procesu. Kako pridobimo nova teoretska znanja, analiziramo in delujemo v konkretnem primeru, kaj vse je supervizijsko osebno in skupno potovanje iz teme v svetlobo, od neznanja k znanju, od nemira k miru. Del tega boste z nami doživeli na delavnici, ki bo hkrati tudi priložnost za izmenjavo in dopolnjevanje različnih znanj in izkušenj.

29. Alen Latini: Objektni odnosi in osebna izkušnja

Oblika prispevka: *delavnica*

Maksimalno št. udeležencev: *neomejeno*