
MelitaKOŠAK GregorŽVELC MašaŽVELC

4. Mednarodna konferenca integrativne psihoterapije

Akutna travma, kumulativno zanemarjanje in kronični stres

4th Annual Conference of Integrative Psychotherapy Association (IIPA)

Acute Trauma, Cumulative Neglect and Chronic Stress

16.4. – 19.4.2009, Bled, Slovenija

V letošnjem letu je Mednarodna zveza za integrativno psihoterapijo (International Integrative Psychotherapy Association – IIPA) v sodelovanju z Inštitutom za integrativno psihoterapijo in svetovanje (Inštitut IPSA) in Slovenskim društvom za integrativno psihoterapijo in transakcijsko analizo (Društvo SINTA) organizirala 4. mednarodno konferenco integrativne psihoterapije. Konferenca je potekala od 16. do 19. aprila 2009 na Bledu v Hotelu Golf. V nekaj dneh smo imeli možnost prisluhniti predavateljem iz različnih delov vsega sveta. Razne delavnice in predavanja so se zvrstila v okviru naslova 'Acute trauma, Cumulative neglect and Chronic stress' ('Akutna travma, kumulativno zanemarjanje in kronični stres').

Mednarodna zveza za integrativno psihoterapijo (IIPA) je organizacija, ki je posvečena razvoju in širjenju znanja o teorijah in metodah integrativne psihoterapije. Njen namen je tudi nuditi trajno podporo strokovnjakom na področju integrativne psihoterapije na poti njihovega strokovnega ter tudi osebnega razvoja. IIPA je neprofitna organizacija, ki spodbuja izobraževanje, povezovanje in mednarodno komuniciranje med strokovnjaki psihoterapevti, ki uporabljajo koncepte integrativne psihoterapije.

IIPA je leta 2003 organizirala prvo mednarodno konferenco, ki se je odvijala v New Yorku, ZDA. Bila je posvečena tematiki povezovanja psihoterapevtskih teorij in kliničnih izkušenj v vlogi prizadevanja za boljše terapevtsko delo. Leta 2005 je sledila konferenca v Španiji, Santiagu de Compostela. Teme, ki so bile predstavljene na konferenci, so se združevale pod naslovom »Pot psihoterapije: odnos med klientom in psihoterapevtom«. Pred dvema letoma pa so konferenco gostili naši sosedi, Italijani. Ta se je odvijala v Rimu, nosila pa je naslov »AMOR-ROMA«.

Letošnja konferenca je torej že četrta mednarodna konferenca, ki je posvečena aktualnim tematikam kot je psihoterapija akutne travme, kumulativnega zanemarjanja in kroničnega stresa. Znotraj tega okvira so bile predstavljene naslednje teme: psihoterapija žalovanja, poporodna depresija in stres, razreševanje medgeneracijskega zanemarjanja in travme, shizoiden proces, relacijska skupinska psihoterapija, kumulativna travma, psihoterapija pri travmatiziranih otrocih, delo z imaginacijami in glasbo, izgorevanje terapevtov in še mnogo več. Konference se je udeležilo preko 180 udeležencev iz 13 različnih držav.

Dan pred konferenco je bil v znamenju izpitov za pridobitev mednarodnega certifikata iz integrativne psihoterapije. Tako je štiriinšestdeset članov, ki so bili vključeni v izobraževanje iz integrativne psihoterapije, pridobilo mednarodne certifikate za integrativnega psihoterapevta. Med njimi je bila tudi predstavnica Slovenije psihologinja Maruša Zaletel, ki je kot prva z mednarodnim izpitom zaključila izobraževanje iz integrativne psihoterapije, ki je potekalo na Inštitutu za integrativno psihoterapijo in svetovanje, Ljubljana.

V četrtek so pod taktirkami izkušenih psihoterapevtov potekale delavnice. Med njimi bi še posebej izpostavili delavnico Landy Gobes (ZDA), ki je govorila o psihoterapiji introjecirane travme. Nepredelane in zanikane travmatske izkušnje se lahko na različne načine kažejo v naslednji generaciji pri otrocih in vnukih. Različni simptomi, ki jih doživljajo naši klienti, imajo tako lahko izvor več generacij nazaj. Landy Gobes je na slikovit način predstavila metode dela, ki omogočajo predelavo nepredelanih travmatskih izkušenj iz prejšnjih generacij.

Petek se je pričel s plenarnim predavanjem dr. Gregorja Žvelca, predsednika Slovenskega društva za integrativno psihoterapijo in transakcijsko analizo. Tema govora je bila pomembnost sedanjega trenutka v integrativni psihoterapiji. Gregor Žvelc je koncepte integrativne psihoterapije povezal z raziskavami Daniela Sterna o pomembnosti sedanjih trenutkov in raziskavami čuječnosti (ang. mindfulness). Čuječnost je koncept, ki se nanaša na sprejemajoče zavedanje sedanjega trenutka in je izrednega pomena za psihoterapevtsko prakso. Avtor se je še posebej navezal na psihoterapijo travme in pomembnosti razvoja kapacitete za čuječnost pri klientih.

V nadaljevanju je imel govor še predsednik Mednarodne zveze za integrativno psihoterapijo, dr. Richard Erskine, ki je predstavil temo »Relacijska skupinska psihoterapija«. V govoru je povzel razvoj skupinske psihoterapije do današnjega dne in predstavil koncepte sodobne relacijsko orientirane skupinske psihoterapije.

Beseda 'relacijsko' (angl. relational) je bila tudi beseda, ki je bila verjetno najpogosteje izgovorjena na konferenci in odraža duh časa sodobne psihoterapije. Lahko rečemo, da je v zadnjih 20 letih prišlo do spremembe paradigme v različnih psihoterapevtskih pristopih. Ta sprememba paradigme se nanaša na prehod iz psihologije ene osebe k psihologiji dveh oseb. Na klienta in psihoterapevta se tako gleda kot na sistem recipročnega vzajemnega vplivanja.

V preostanku petkovega popoldneva in v soboto se je zvrstilo še 15 delavnic, ki so se vsaka na svoj način navezovala na osnovno tematiko konference. Zelo odmevna je bila delavnica Italijanke Marielle Guisti, ki je predstavila sodobna nevrobiološka spoznanja o vplivu odnosa med materjo in dojenčkom. Še posebej so pri tem zanimive prenatalne raziskave, ki govorijo o tem, kako se še nerojeni otrok odziva na različne dražljaje. Poudarila je pomen čustvenega uglaševanja za ustrezen razvoj možganov. Spoznanja o pomembnosti zgodnjih odnosov za ustrezen razvoj možganov in uporabnosti teh raziskav za psihoterapevta so bile tema tudi drugih delavnic. Lise Small iz Francije se je še posebej orientirala na uporabnost razvojne teorije Daniela Sterna za psihoterapevtsko prakso. Metode 'Povpraševanja, Uglaševanja in Udeleženosti', ki jih uporabljamo v integrativni psihoterapiji, veliko dolgujejo ravno raziskavam in konceptom Daniela Sterna. Mario Salvador (Španija) pa je govoril o nevrobiologiji travme in pomembnosti dela s telesom, pri psihoterapiji travme. Ena izmed takšnih metod, ki omogoča predelavo tudi na somatski ravni je EMDR, ki je v zadnjem času postala ena bolje raziskovanih metod za delo s posttravmatsko stresno motnjo. EMDR je metoda, ki se uporablja znotraj različnih psihoterapevtskih smeri. Njeno uporabnost znotraj integrativne psihoterapije pa je prikazal dr. John Hallet (Kanada). Kar nekaj delavnic je bilo tudi posvečeno uporabi kreativnih medijev, duhovnosti in glasbe.

Petkov večer na konferenci nam je popestril koncert, ki so nam ga priredili člani IIPA. Uživali smo ob zvokih klavirja, flavte, violine in petja članov IIPA, ki so se nam predstavili kot odlični

glasbeniki. Sobotni večer pa je zaznamoval nepozaben banket z izvrstno hrano, toplo družbo ter živo cigansko glasbo. Užitek se je bilo prepustiti energiji, ki je vladala na plesišču, saj so bili cel večer skorajda vsi na nogah.

Zaključek konference je bil v nedeljo dopoldne z govori Lise Small (Francija), Landy Gobes (ZDA) in pa ustvarjalnim zaključnim govorom dr. Joshua Zavinom (ZDA). V govor je vključil video moderne opere z naslovom »The Wall« (»Zid«), ki jo je napisal sam. Ob gledanju videa se nas je dotaknila usoda partnerjev, moškega in ženske, ki v odnos prinašata vsak svojo travmatično zgodovino in izkušnje, ob katere se spotikata. Te predstavljajo zidove med njima, ki ju ovirajo pri vzpostavljanju intimnega odnosa. Vendar pa ti dve osebi skozi iskreno deljenje in razkrivanje svojih bolečih izkušenj iz preteklosti premagujeta notranje psihološke zidove ter se na koncu uspeta približati drug drugemu.

Ob koncu je sledilo še ganljivo poslavljanje ob skupnem petju s priokusom veselja, da se nam bliža že naslednja konferenca, ki bo v Franciji, 2011. Več o konferenci na Bledu in programu lahko preberete na: <http://www.integrativeassociation.com/> .
