



# ÁRNYAINK BARLANGVILÁGA

A MAGYAR C. G. JUNG ANALITIKUS PSZICHOLOGIAI EGYESÜLET

25. KONFERENCIÁJA

2023. november 11. 8:00

Hotel Mercure Castle Hill, 1013 Budapest, Krisztina krt. 41-43.

## ABSZTRAKTOK

### Délelőtti program

#### PLENÁRIS ELŐADÁSOK

##### UNOKA ZSOLT

Árnyék és fehér árnyék tartalmak változásainak a kulturális komplexussal való összefüggései – Példák az egyéni, a csoportos pszichoterápiából, a pszichoterápiás képzésből Magyarországon

Ha egy halmazként gondolunk a teljes szelf tartalmaira (az egyes archetípusok köré szerveződő érzéseket, élményeket, vágyakat, ösztönkésztetéseket, gondolatokat), akkor releváns kérdés, hogy milyen folyamatok játszanak szerepet a részhalmazok képződésében, esetünkben az Árnyék részhalmazának képződésében. Illetve további kérdés, hogy az Árnyék tartalmait, hogyan határozzák meg a személyes, családi, szubkulturális, kulturális és kollektív archetipikus folyamatok. A kulturális komplexus köztes meghatározó szerepén keresztül próbálom meg értelmezni az Árnyékformálódás folyamatait. Előadásomban, elsősorban egy magyarázó elvet emelek ki a sok

közül, a kapcsolatba, a csoportba, a közösségbe tartozás igényét, vagy másképp szólva a kirekesztéstől való retteget. Pszichoterápiás és pszichoterápiás képzési eseteken keresztül vizsgálom az Árnyék tartalmának változását, illetve bemutatom a Fehér árnyék jelenségeit. Fehér Árnyéknek azt nevezem, amely a többségi kultúra kirekesztő értékrendjével szembeálló csoportok kulturális komplexusa következtében alakul ki, mely részhalmozba a többségi értékek kerülnek elfojtás alá. Magyarországi társadalomra jelenleg jellemző kirekesztő kulturális folyamatok tükrében vizsgálom, hogy az Árnyék és Fehérárnyék tartalmak egymással szembeállított csoportok esetében mennyire változatosan szerveződnek egyéni, csoportos és társadalmi szinteken.

Prof. Dr. Unoka Zsolt Szabolcs egyetemi tanár, pszichiáter, pszichoterapeuta, pszichoanalitikus, kognitív viselkedésterapeuta, sématerapeuta kiképző. Jelenleg a Semmelweis Egyetem Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikáján a Pszichoterápiás Részleg osztályvezető főorvosa, egyetemi tanár. Oktatói és szupervizori tevékenységet folytat a Semmelweis Egyetem pszichiáter és pszichoterapeuta rezidens képzésében. A Viselkedés- és Kognitív Terápiás Egyesület, valamint a Nemzetközi Sématerápiás Egyesület (ISST) kiképző terapeutája.

## **MISSER BERG**

### **Függőség és társfüggőség**

Az Árnyék meghatározó kulturális és személyes vonatkozása a függőség.

A függőség patológiás függés valamiféle drogtól. Ez a drog lehet alkohol, narkotikum, étel stb. A "drog" lehet egy tevékenység is, mint például a munka, a szerencsejáték vagy a szex. És végül, de nem utolsó sorban a "drog" lehet egy másik személy is. Lehet például egy felnőtt által bántalmazott gyermek. Vagy egy olyan felnőtt, aki a másik felnőttet bántalmazza. Abban az esetben, amikor a másik személy is függőségi tüneteket mutat, társfüggőségről vagy kodependenciáról beszélünk, mint például a ko-alkoholizmus esetében.

Előadásomban a függőséget járom körül, a kodependenciára pedig kiemelt hangsúlyt helyezek. Az elmúlt években a pácienseim nagy része a társfüggőség tüneteit mutatta, vagy azért, mert alkoholisták szülői felnőtt gyermekei voltak, vagy azért, mert függő volt a házastársuk, a hozzátartozójuk vagy egy közeli barátjuk. Fontos, hogy mi pszichoterapeuták járatosak legyünk ebben a témában, mert ha nem, akkor fennáll a veszélye annak, hogy megerősítjük a függőségi mintázatokat.

Bemutatom Nárccisz mítoszának egy olyan olvasatát, melyben Echo a kodependencia archetipikus megfelelője. A lány történetén keresztül, valamint klinikai esetpéldákkal illusztrálva bemutatom a függőségi mintázatokat és azokat az elhárító/védekező mechanizmusokat, melyek a függő kapcsolatokban aktiválódnak (hasítás, tagadás, projektív identifikáció, kontroll, idealizáció és onnipotencia). Főként a szégyen, a regresszió, a düh, a fájdalom és a halálvágy érzéseire helyezem a hangsúlyt, melyek különösen jelentősek a dependenciával kapcsolatban.

Előadásomat a függőségi mintázatokról kivezető lehetséges utak felvázolásával zárom.

Misser Berg kiképző jungi analitikus, IAAP (Nemzetközi Analitikus Pszichológiai Egyesület), DSAP (Dán Analitikus Pszichológiai Egyesület). Jungi analitikus pszichológiai tanulmányait Dániában, Londonban és Berlinben folytatta (1985-1991). 1992 óta az IAAP tagja. A DSAP egyik alapítója, 2000 és 2005 között a DSAP elnöke. 2005-től 2019-ig a Koppenhágai C. G. Jung Intézet képzéseit felelős igazgató. A Koppenhágai Jung Társaság egyik alapítója és elnöke. 2010-től az IAAP Végrehajtó Bizottságának tagja, 2022-től pedig az IAAP elnöke. Koppenhága északi részén

folytat magánrendelést. Tanulmányokat és könyvfejezeteket publikál, előadásokat tart és vizsgáztat Dániában és külföldön.

## **TÉNYI TAMÁS**

### **Dionüszosz és a Szőke Bestia - Nietzsche és Jung**

Jung életműve során gyakran értelmezi, integrálja és – bizonyos helyeken – saját gondolatrendszerét, hermeneutikáját építendő „félreérti” Nietzsche filozófiáját. Nagyon valószínű, hogy az analitikus pszichológia gondolatrendszere a nietzschei hatás nélkül – általunk ismert formájában – nem is létezne. Fontos és termékeny lehet tehát, ha Jung és Nietzsche életművének bizonyos párhuzamaira és a jungi Nietzsche-recepcióra irányítjuk figyelmünket. A poszt-jungianus James Hillman két szakaszt különít el Jung Dionüszoszról való gondolkodásában, az első a korai Nietzsche Tragédia könyvének Dionüszosza, a másik a feldarabolt isten, akit később Jung egyre inkább mint archetípust látta. Bishop kitűnő monográfiájában a dionüszoszi tapasztalat, a dionüszoszi Szelf feltárását és elemzését tartja a két életművet leginkább összekötő és egyben legélesebben is elválasztó résznek. Míg a dionüszoszi Nietzsche-nél elsősorban az „önmeghaladást” és az „emberfelettihez való eljutást” jelenti, addig Jung a dionüszoszi Szelfben az „ellentétek integrációjának” archetipikus dimenzióját, a szimbólumok teljességet teremtő sajátosságát sejtette. A Szelf így Nietzsche-nél inkább „megalkotott”, míg Jungnál ezzel szemben „felfedezett”. Az előadás második felében Jung – 1934 és 1939 között tartott – Zarathustra szemináriumát tekintem át. Ez a hatalmas anyag csak 1989-ben került először publikálásra, amelyben – korábbi munkáira is támaszkodva – Jung 1578 oldal terjedelemben elemzi az Im-lyen Szóla Zarathustrában megjelenő archetipikus tartalmakat és folyamatokat.

Prof. Dr. Tényi Tamás pszichiáter, pszichoterapeuta, egyetemi tanár, a Magyar Tudományos Akadémia Doktora. Kutatási területe a klinikai pszichiátria, ezen belül a pszichózisok és a személyiségzavarok kutatása, tanulmányokat és könyveket publikált a kifejezéspatológia, a művészetterápia témakörében, valamint a filozófia és a pszichiátria határterületi vonatkozásairól. 2018-tól a Pécsi Tudományegyetem Klinikai Központ Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikájának tanszékvezető egyetemi tanára. 2014-től a PTE ÁOK általános, diákjóléti és külkapcsolatokért felelős dékánhelyettese. Hét könyv és több mint 230 tudományos közlemény szerzője.

## **BRIGIT SOUBROUILLARD**

### **A vámpírmítosz mint a posztmodern pszichopatológiák előfutára**

*„A mítoszok a tudatosság előtti psziché eredeti megnyilvánulásai, önkéntelen megnyilatkozások lélektani történésekről.” /C. G. Jung/*

Míg az ókori és az antikvitás előtti idők klasszikus mitológiai történetei az emberi létezés egyetemes igazságairól, valamint azokról a kihívásokról mesélnek nekünk, melyekkel a neolitikus korból kilépve az emberiség szembenézett, addig a felvilágosodás beköszöntével új mítoszok kialakulásának lehetünk tanúi Európában. Ezek a mítoszok új pszichoszociális jelenségek előhírnökei, melyek a maguk teljességében a modern és posztmodern időkben bontakoznak ki.

*„Nahát! A vámpírok a mi tizennyolcadik századunk óta léteznek.” /Voltaire, 1764, Filozófiai Szótár (Dictionnaire Philosophique)/*

Valójában a vámpír alakja mint sokarcú Árnyék figura jóval később bukkan fel a kollektív tudattalanból számos ősi alkotórészt egyesítve. A modernitásnak ez a mítosza még mindig nagyon élő, és továbbra is ihletforrása regényeknek, filmeknek, sorozatoknak, videójátékoknak, valamint tinédzser cosplayeknek (kosztümös szerepjáték). A vámpírmítosz szimbolikus

jelentésrétegének feltárása külön figyelmet érdemel a pszichopatológiák értelmezésében, nevezetesen a nárcisztikus tünetek, a borderline állapotok vagy a pszichopátiás viselkedés esetében. A mítosz különböző vonatkozásait és azok szimbolikus implikációit járja körül ez az előadás.

Brigit Soubrouillard PhD, kiképző jungi analitikus, IAAP (Nemzetközi Analitikus Pszichológiai Egyesület), Strasbourgban, Franciaországban él. Klinikai pszichológiából doktorált (PhD), a zürichi C. G. Jung Intézetben képződött, majd dolgozott a Francia Analitikus Pszichológiai Egyesület (SFPA) elnökeként, később az IAAP Végrehajtó Bizottságának tagja. Jelenleg az IAAP alelnöke. A Gyermek- és Serdülőkori Munkacsoport elnöke, a Közép-Európai és a Mediterrán/Atlanti Régiók regionális vezetője, 2019 óta a hongkongi Fejlesztési Csoport kapcsolattartó személye. Érdeklődési területe a személyes és kollektív szimbólumok elemzése az „outsider art” művekben, valamint a 16-18. századi európai mítoszokban, melyek a modern és posztmodern jelenségek előjelezői.

## MŰHELYEK

### DEÁK ZSOLT

#### Social Dreaming – Közösségi Álmodások

A „Social Dreaming”, magyar fordításban „Közösségi álmodások”, módszertan az álmodásokkal való csoportos foglalkozás, ahol álmodásokat osztanak meg egymás között a résztvevők, és a megosztás során közösen fedezik fel az abban rejlő lehetséges közösségi vagy társadalmi jelentéseket. A mátrix asszociatív folyamata lehetővé teszi a gondolatok nyílt és ítélet nélküli kifejezését, felszabadítva a résztvevőket, hogy szabadon gondolkodjanak és vegyenek részt a társas interakcióban, egy a közösség számára fontos új jelentés megteremtése érdekében. Ez a legfontosabb tulajdonság megkülönbözteti a társas álmodást a csoportterápia és az álmodás munka más formáitól.

A társas álmodás régi múltra tekint vissza, és a világon több helyen játszanak fontos szerepet az álmodások a közösségek életében, közöttük egyes indián törzsekben, afrikai népcsoportokban és az ausztrál őslakosoknál, akiknél régi hagyomány az álmodások társas megosztása, melyek lehetővé teszik a múltból való közös gondolkodást, és a jelen megismerését, ami a jövő felé irányítja őket. A Social Dreaming ezeket a régi hagyományokat követi, hogy újfajta gondolkodást és értelmet nyújtson azoknak a közösségeknek, amelyekben élünk és dolgozunk.

Ebben a formájában a Social Dreaming-t W. Gordon Lawrence fejlesztette ki a londoni Tavistock Institute-ban az 1980-as évek elején, és ami azóta folyamatosan fejlődik tovább a Social Dreaming társaság egyre növekvő közössége által. Nemcsak csoportterápiában alkalmazható, hanem bármilyen társadalmi csoportra is, ideértve a vállalatokat, iskolákat, egyesületeket és konferenciákat is. Az elmúlt néhány évtizedben az IAAP, azaz a Nemzetközi Analitikus Pszichológiai Egyesületnek minden nagyobb konferenciáján reggelenként Social Dreaming-et tartanak, először Budapesten a Magyar C. G. Jung Analitikus Pszichológiai Egyesület (MAPE) 24. konferenciáján szerveztünk.

Deák Zsolt Tamás PhD pszichológus, OD szakértő és IAAP által akkreditált jungi analitikus, aki Budapesten él és dolgozik. 2007 óta saját rendelésben jungi analízist, életvezetési tanácsadást végez, és coachként segíti a felsővezetők és a szervezetek munkáját. Dr. Matjaž Regovec-cel együtt Jungiánus álmodásanalízis műhelyt vezettek 2016-ban a MAPE konferencián. Önállóan vezetett Social

Dreaming-et egy művészetterápiás konferencia meghívására Isztambulban 2019-ben, majd a MAPE Konferenciáján 2020-ban.

## **Délutáni program**

### **SZEKCIÓ ELŐADÁSOK**

#### **MELKER ILONA**

##### **Trauma es a gonosz kapcsolata**

A trauma a pszichében gyakran, mint gonosz mutatkozik meg, ami a belső fejlődést módosítja, akadályozza, és általában komplexust hoz létre. Az érzelmi világ egyoldalúvá válik és a domináns érzelmek az árnyék alapját képezik, rendszerint, mint pusztító vagy önpusztító erők.

Z egy 29 éves neuropszichológiában képzett fiatalember, aki Jung Aion kötetének elolvasását követően jelentkezett jungi analízisre. Gyerekkorában számos traumában volt része, ami hatodik hónapos koraszüléssel kezdődött, inkubátoros hónapokkal és két éves korában végzett szívműtéttel folytatódott. Ehhez adódott az "alopecia totalis" genetikai betegsége, ami kopaszsággal járt. Ezt ő nem tartotta "abnormálisnak", de a külvilág és az osztálytársai igen. Tizenéves korában ezek az osztálytársak egyike megerőszkolta, ami aztán több éven keresztül folytatódott. Az erőszakot eltitkolta. 21 évesként elvesztette az iker bátyját, aki heroin túladagolásban halt meg. Z öngyilkosságnak vélte ezt.

Valamiképpen a Selbst megvédte és mindezeket túlélte. (Jung Aion kötete a Selbstről szól.) Nem ismerte fel azonban az önpusztító öngyilkos fantáziák és a pusztító gyilkos fantáziák jelentőségét, ami szadomazochista formában jelentkezett. A gonosszal való küzdelem megjelent, mind az álmokképeiben, mind a homokjáték képeiben és a lassú változás jelei is megmutakoztak. Az előadás ezt a dinamikát és folyamatot fogja bemutatni. Az árnyékkal kontaminálódott gonosz lassú tudatosulását és annak fokozatos feloldódását.

Melker Ilona jungi pszichoanalitikus, NYAAP (New York-i Analitikus Pszichológiai Egyesület) és IAAP (Nemzetközi Analitikus Pszichológiai Egyesületnek) tag. Tanít es szupervíziót tart a New York-i intézetben. Érdeklődési területe a psziché-szóma egyesítése az egyénben. Dolgozik homokjátékkal és szintén tanítói szerepe van a STA-ban (Amerikai Homokjáték Terapeuták), valamint annak nemzetközi szervezetében (ISST, Nemzetközi Homokjáték Terápiás Egyesület). Publikációi különböző jungi folyóiratokban jelentek meg.

#### **BÁTORFI ANDREA**

##### **Új démon vagy jövőformáló eszköz? Képalpalkotás és mesterséges intelligencia**

2022 áttörést hozott a képalpalkotó mesterséges intelligenciák terén. Évek óta fejlesztett, gépi tanulással edzett programok váltak elérhetővé számunkra, amik képessé tesznek minket arra, hogy szöveges utasításaink alapján bármit megjelenítsünk vizuálisan. Teremtő vagy romboló képzeletünk termékei gáttalanul hömpölyögnek a közösségi média oldalain. A határtalan képi lehetőségek korába érkeztünk, ami eddig nem látott veszélyeket is magába rejt a szerzői és személyiségi jogok megsértésétől kezdve nemzetbiztonsági kockázatokig. Soha nem tapasztalt mértékben ömlik ránk a társadalom kollektív árnyéka hamis portrék, cuki giccsek és a jövő disztópikus rémképei formájában. Mindemellett a felhasználók megjelenítik a társadalmi igazságosság és a vágyott társ iránti nagyszabású fantáziáikat is. A MI az árnyék mindkét oldala megmutakozására kiváló platformot nyújt, s egy jövőformáló eszköz lehet azok kezében, akik

tudják, hogy teremtő hatást gyakorolhatunk világunkra a megfontolt képalkotáson keresztül. A tudatos képalkotásra annál is inkább szükség van, mert a MI által kreált fotorealisztikus hűségű "hamis" képek elmoszák a határt valóság és illúzió között. Mi pedig elhűlve szembesülünk az ősrégi kérdéssel: Mi a valóság? Amit látunk, az igaz vagy káprázat?

A képalkotó MI csak egy eszköz, amit nem démonizálunk kell, hanem megtanulni a játékszabályait és megérteni a képalkotásban rejlő valóságteremtő erőt, hogy felemelő hatást gyakorolhassunk közösségeink tudatszintjére.

Bátorfi Andrea művészettörténész, közgazdász. Művészettörténészként az elmúlt harminc évben elsősorban ősi szimbólumok mai nyelvre és életgyakorlatokra történő lefordításával foglalkozott. Kidolgozta saját képmeditációs módszerét, ami egyéni és csoportos foglalkozásai alapjául szolgál. Az önismereti és teremtő célú képalkotás mind tanárként, mind fotóművészként munkássága középpontja.

## **GÁL MIKLÓSNÉ**

### **"A nem megtapasztalt tapasztalat"**

A II. világháború befejezése után a „a német nép kollektív felelősségének és megbüntetésének” égisze alatt, a Balmazújvároson élő német kisebbséget, magyar közreműködéssel 1944 decemberében „jóvátételi munkára” deportálták a szovjet gulágokra. A német erkölcsi csökkentértékűség kollektív bűnként minden németajkúra rászállt.

Maroknyi közösség él még itt, de ami velük történt mind a mai napig nem lett feldolgozva a magyar köztudatban. Ebben a kibeszéletlen traumában a magyarság vált agresszorrá, és ez sem került revízió alá. Az utolsó pillanatban vagyunk, hogy még a személyes emlékekhez hozzáférhessünk.

Áttekinteném a deportálás hosszútávú, traumatizáló hatását, hogy hogyan váltak a szülők, nagyszülők traumái a páciensek személyiségének részeivé, és a „nem megtapasztalt tapasztalat” – a trauma emléke – hogyan lett a leszármazottak nehéz örökségévé.

A hallgatás kettős paradox funkciója részben erősítette a német kisebbség identitását a közös szenvedések elbeszélhetetlenségével, másrészt háttérbe is szorította azt, így alakítva a németiség kulturális komplexusát.

Esetrészleteken keresztül szeretném bemutatni a különbséget a kollektív és egyéni trauma között, hogy hogyan jelenik meg a kollektív árnyék az egyéni életutakban, a hogy az analitikus munka során ezekben az esetekben nem csak az egyéni hangot kell meghallani, hanem egy másik nemzedék traumáinak a visszhangját is a tudattalan vizsgálatakor.

Gál Miklósné pszichológus, tanulmányait a Debreceni Egyetem Magatartástudományi Tanszékén végezte egészségpszichológia szakon. Jelenleg a Balmazújvárosi Város Egészségügyi Szolgálat Egészségfejlesztési Irodájában dolgozik pszichológusként, ahol a német kisebbséggel is foglalkozik.

## **MAJOROS ANDREA**

### **Erich Neumann „Új etikája” és a árnyékfeldolgozás**

Neumann jungiánus körökben a 40-es évek végén nagy port kavart könyve a Gonosz kollektív elszabadulásának okaira keresett választ. A vitákat leginkább az generálta, hogy a régi etika vizsgálata kapcsán le merte írni a zsidó-keresztény etika kiüresedését. Ugyanakkor megalkotta az integrált személyiség új etikáját, amely a szeretet és a belső hang etikája: „A Názareti Jézus

felebaráti szeretete itt a felebarátnak, úgymint a latornak és az árnyéknak a szeretetévé válik. ...Ám az árnyék szeretete és elfogadása lélektanilag csupán az alapja egy megvalósítható, etikus – a rajtunk kívül álló Te-vel szembeni – hozzáállásnak.” Előadásomban nemcsak „A mélypszichológia és új etika” című könyv gondolatait szeretném röviden bemutatni, hanem annak továbbvitelét is „A gyermek” című művében. Ebben a műben Neumann ugyanis kifejti a legelső uroborikus korszak jó anyai odafordulásának jelentőségét az elsődleges moralitás kialakulásában, annak hiányában pedig az elsődleges bűntudat létrejöttét. A gyermekkorban kialakult pozitív anya-gyerek kapcsolat valóban alapja lehet egy empatikus, felelősséget vállaló, szolidáris felnőttkori moralitásnak?

Majoros Andrea gyermek- és serdülő klinikai szakpszichológus. Az ELTE-n 2004-ben szerzett diplomát. 2002-ben kapcsolódott be a jungi képzésbe. Gyermek pszichodráma vezető, a Mosoly Alapítványnál tart rendszeresen csoportokat krónikus betegséggel élő gyerekek számára. Családterapeuta, munkájában igyekszik ötvözni a családterápia rendszerszemléletét és a gyermekpszichológiai ismereteit. Jelenleg a Budai Gyermekkórház, Epilepszia-Neurológia Szakambulanciáján dolgozik és magánrendelésben praktizál. A jungi gyermek analitikus szakirodalom feldolgozását különösen fontosnak tartja. Ezen belül Erich Neumann gyermekfejlődési elmélete és a homokjáték terápia technikája foglalkoztatja leginkább.

### **DERGEZ-RIPPL DÓRA**

#### **Az antik lélekfilozófia mélylélektani jelentősége C. G. Jungnál**

A jungi individuáció a lelki fejlődés életre szóló feladata, amelyben az ember összhangba hozhatja életlehetőségeit és képességeit. Jung maga érvel mellett, hogy e felismerés kultúrtörténeti gyökerei az antik görög filozófiáig érnek, és a keresztény lelkigyakorlatok módszertanában is fellelhetők. Előadásomban Platón és Arisztotelész gondolataiból kiindulva azt hangsúlyozom, hogy Jung jól ismerte a lélekfilozófiának e kitüntetett mozzanatait. A lélek görög fogalomtörténetének rövid ismertetése után kitérek Jung Loyolai Szent Ignác lelkigyakorlatát elemző előadássorozatára. Majd érintem a katolikus szerzetesek évszázadok óta művelt ősi olvasási gyakorlatát, a Lectio Divinát, amely a szent olvasmányokra összpontosítva vívódásokkal teli, mély önismerettel ajándékozza meg az olvasót. Ez azonban hosszú folyamat, és első lépésként a lélek belső zajainak káoszával kell megküzdeni. Ennek legyőzése azonos a jungi értelemben vett árnyék tudatba integráló folyamatával, amelynek felderítésében különös jelentőséget kap tudattalan és tudat egymáshoz való viszonya. Előadásomban főként Jung Loyolai-előadásainak gondolataival szeretnék rámutatni arra, hogy az antik görögség lélekfilozófiájának alapkérdése, a rész-egész problémája napjainkban is időszerű mélylélektani kérdésekhez vezet, és hogy e téma szofisztikált tárgyalása Jung életművének egyik legfontosabb bölcséleti öröksége.

Dr. Dergez-Rippl Dóra PhD filozófus, a PTE-KPVK adjunktusa, a Filozófia Doktori Iskola oktatója és témavezetője. A Magyar Művészeti Akadémia ösztöndíjas kutatója. Oktatási tevékenységként filozófiai, irodalomelméleti és művészetelméleti témájú kurzusokat tart graduális és doktori képzésben. Kutatási területei: kortárs művészetelmélet (Babits Mihály, Gerzson Pál), a mesterséges intelligencia filozófiája (MI-kreativitás, észleléselemélet, MI-művészet) művészetpszichológia (Bergson, Jung).

### **KŐVÁRY ZOLTÁN**

#### **C. G. Jung munkásságának egzisztencialista vonatkozásai**

Buda Béla szerint Jung filozófiai antropológia kidolgozására törekedett, míg maga Jung a következőképp fogalmaz: „Úgy vélem, a legjobb értelemben foglalkozom a természettudománnyal, állapítok meg tényeket, megfigyelem és osztályozom őket, kauzális és funkcionális összefüggéseket írok le, azért, hogy végül megállapítsam, belebonyolódtam a gondolatok hálójába, ami a természettudományon túl voltaképpen a filozófia, a teológia, az összehasonlító vallástörténet és a szellemtörténet területébe nyúlik.” Az előadás ez utóbbin belül elsősorban Jung egzisztencialista eszmerendszerrel való kapcsolatát igyekszik megvilágítani. Ez a kapcsolat több irányból is megragadható. Jung ismerte és idézte az egzisztencializmus 19. századi előfutárait, Kierkegaard-t és Nietzsche-t, az utóbbi különösen közel állt hozzá. Hamvas Béla Karl Jaspersről szóló írásában lélektani párhuzamaként Jungot jelöli meg, és úgy véli, hogy ami Jaspersnél az egyedi egzisztencia elnyerése, az Jungnál megfeleltethető a Selbst irányába történő fejlődéssel. Emellett Jung elméletében vannak olyan aspektusok, például az életközepi válság és az individuációs processzus koncepciója, ami rokonítható az egzisztencialista filozófia és az egzisztenciális pszichológiák törekvéseivel. Végül Jung terápiával kapcsolatos egyes elképzelései is párhuzamba állíthatók az egzisztenciális pszichoterápiákkal.

Dr. Kóváry Zoltán klinikai szakpszichológus, habilitált egyetemi docensként dolgozik az ELTE PPK Klinikai Pszichológia és Addiktológia Tanszékén. Fő kutatási területe a kreativitás és a mélylélektani-egzisztenciális pszichológiai iskolák története. Eddig mintegy hetven magyar és angol nyelvű cikke és négy önálló, illetve négy szerkesztett kötete jelent meg, a legutóbbi saját könyve a mintegy 800 oldalas "Bevezetés az egzisztenciális pszichológiába". Kliensekkel is dolgozik, daseinanalitikus módszerben képződik.

## **SZABÓ ORSOLYA**

### **Perszóna, árnyék és más jungi archetípusok a 4–5. században**

Az előadás során olyan kérdésekre igyekeztem választ találni, hogy a 4–5. században a Kárpát-medencébe áramló, esetleg már itt élő népek régészeti anyagának mintakincsében milyen motívumok lelhetők fel, amelyeket a jungi analitikus pszichológia eszköztárával is elemezni lehet. Számos olyan forma és szimbólum köszön vissza ezeken a tárgyakon, amelyek koroktól és földrajzi távolságoktól függetlenül újra és újra megjelennek az ábrázolóművészetben. Az értelmezési lehetőségek tárháza bővíthető a kollektív tudattalan vizsgálatán keresztül. Az egyes szimbólumok archetípusokhoz kötődnek, amelyek a tudatos szinttől elzárva, a tudattalan rétegeiben raktározódnak, és amelyeket asszociációk révén hozzáférhetőek. Bizonyos ábrázolások az ismerősség érzetét keltik a szemlélőben, egyes motívumok pedig egyetemes jelentéssel bírnak, amelyekhez minden ember hasonló asszociációkat társít.

A módszert főként az őskori kultúrák vizsgálatkor már több kutató is használta, de mindez kiválóan alkalmazható a 4–5. századi nomád népek tárgyai esetében is, hiszen sokszor nagyon hiányos írásos forrással rendelkezünk világszemléletükről. Az egyes tárgyakon megjelenő szimbólumok jól párhuzamba állíthatók más kultúrák hasonló mintáival is, amelyek így szintén a kollektív tudattalan világába kalauzolhatják a vizsgálódó kutatókat.

Szabó Orsolya egészségpszichológus, régész, PhD hallgató. A PTE BTK Pszichológia Doktori Iskola Elméleti Pszichoanalízis Doktori Program leendő elsőéves, valamint a PPKE BTK Történelemtudományi Doktori Iskola Régészet Alprogramjának disszertációs szakaszba lépő hallgatója. Jelenleg jungi analitikus önismereti kiképzésben vesz részt. Doktori kutatási témája a



Kárpát-medence népvándorlás kori ábrázolóművészetének jungiánus szemléletű vizsgálati lehetőségeire fókuszál.

### **GELLÉRT RITA**

#### **Aki "árnyéka önmagának" - Az Árnyék archetípusa Babits Mihály: A gólykalifa c. regényében**

Arra az emberre mondjuk, hogy olyan mintha „árnyéka lenne önmagának”, aki enervált, fáradt, aki szinte alig él, akinek libidóját (élan vital) egy komplexus a tudattalanban lehorgonyozta.

Előadásomban annak a tragédiához vezető áloméletútnak az elemzésére teszek kísérletet, melyet A gólykalifa c. regény hőse, Tábornok Elemér 16 esztendő korától – talán nem véletlen, hogy serdülőkorától – kezdve megtesz. Addig „Csupa nevetés volt ez a zöld világ. Fütty, fütty és kacaj.”, majd elalszik egy fa alatt a patak partján (buddhai motívum), és egy párhuzamos valóságra ébred. A regény keletkezésének éve 1913, ami túlmutat a személyesen, az individuális vonatkozásokon. A regény ekkor jelenik meg először folytatásokban a nagy háborút megelőző „mustos tők” állandóság-unalomban. Az enantiodrómia törvénye hamarosan betölti szükségszerű rendeltetését, a kollektív tudattalan tengere háborog. A vihar előtti szélcsendben a művész Babits ráérez arra, amiről Jung is beszámol ugyanerre az évre tehető látomásos, háborús víziókat átélő időszakában, hogy az ember nem hagyhatja figyelmen kívül árnyékos oldalát.

Az individuációs útnak egyik legnehezebb kihívása az Árnyékkal való találkozás. Az intrapszichés belső tér világháborút idéző küzdőtérre változik, ahol nem könnyű csatát nyerni, azaz a pszichés egyensúlyt megteremteni. Az individuáció sikeressége kegyelmi állapot, és mint ilyen a Selbsthez történő kapcsolódást is jelenti egyben.

Regényelemzésemben rámutatok az Árnyék elől történő menekülés folyamatára és arra, hogy az milyen disszociatív folyamatokat indíthat el – fragmentálódás, realitásvesztés, ellenállás, párhuzamos valóságok egymás mellett élése, hasadás, kilépés –, melyek az integráció kudarcához vezethetnek.

Gellért Rita felnőtt klinikai- és mentálhigiéniai szapszichológus, komplex művészeti terapeuta, magyar-angol szakos tanár. A Lelki Egészségvédő Alapítványnál (LEA) dolgozik, valamint egy holokauszt túlélőket segítő alapítványnál (MAZS). Elvégezte a komplex művészeti terapeuta képzést a Wesley János Lelkészképző Főiskolán, és idén szakvizsgázott a Debreceni Egyetemen klinikai szakpszichológia felnőtt szakirányon. Az analitikus pszichológia 2004-ben került az életébe, a Jung Egyesület Az analitikus pszichológia alapjai c. képzését idén fejezte be. Pszichológusi szakmai identitása fontos részének érzi az első, magyar-angol szakos tanári diplomája adta tudást és tapasztalatot is.

### **SZÉKELYHIDI JUDIT**

#### **Don Quijote árnyéka**

Don Quijote történetét általában mindenki ismerni véli, alakja beépült a köztudatba, sőt köznyelvi fordulatokba: a „búsképű lovag”, aki hősi ideálokat követve irreális és abszurd feladatokat vállal magára és bonyolódik kilátástalan küzdelmekbe értük. Tudható, hogy Miguel de Cervantes Don Quijote c. regénye és más elbeszélései olyan nagy hatással voltak Freudra, hogy még spanyolul is megtanult miattuk. Ezzel szemben Jung műveiben nem találunk még említést sem Cervantesről, és nagyítóval kell keresni a jungiánus elemzéseket a Don Quijotéről. Előadásomban arra próbálok válaszokat találni (vagy legalább néhány nyomvonalat megmutatni, amelyen el lehet a lehetséges válaszok után indulni), hogy mik lehetnek az okai annak, hogy ez a világszerte ismert és

felmérhetetlen hatású irodalmi mű ennyire mellőzött a jungiánus irodalomban? Milyen irányokból lehetne mégis beszélni Don Quijote történetéről, ill. mik ezek várható eredményei vagy korlátai? Tehát például lehet-e a kóborlovag históriáját egy individuációs történetnek és az élet második felében jelentkező krízisnek felfogni? Jung szerint az élet második felében jelentkező neurózis ritkán gyógyul a vallásos attitűd kialakulása nélkül. Don Quijote lovagi eszméjével és a hősi ideállal való azonosulása tekinthető-e egyfajta alternatív konkrét megoldásnak? Don Quijote, a Hős a cselekvő produktuma-e Alonso Quijano „szenvető tudattalanjának”? A kudarcosnak tűnő kalandozások egy elakadt individuációs folyamatot mutatnak-e, vagy Cervantes ügyes Tricksterként mégis eléri, hogy a számtalan feldolgozás, interpretáció és legfőképp modernsége révén a hőse mégis célba ért és halhatatlanná vált?

Székeyhidi Judit klinikai szakpszichológus, jungi analitikus pszichoterapeuta. Budapesten és Pécsen folytatta tanulmányait. A jungi módszerspecifikus képzés mellett kognitív-viselkedésterápiát és mentalizáció alapú terápiát végez. Jelenleg klinikai szakpszichológusként dolgozik az aberdeeni Royal Cornhill Hospitalben evészavaros betegekkel foglalkozó osztályon. Emellett magánrendelést is folytat.

## **TÓTH ZOLTÁN** **A fényhozó árnyék**

*„A sok nyomása alatt tehát a személyiség egy része elhagyja a földi lét szféráit, és mindentudóvá válik.” /Ferenczi Sándor: Klinikai napló/*

Az elmúlt évtizedekben tanúi lehettünk Ferenczi Sándor újrafelfedezésének a pszichoanalitikus irodalomban és az ahhoz kapcsolódó akadémiai tudományokban. Ferenczi és az analitikus pszichológia elméletei közötti analógiák bemutatásával a magyar szakirodalom eddig adós maradt.

Az előadás Ferenczi traumafelfogását kívánja jungi szemszögből elemezni. Fókuszálva Ferenczi „bölcscsecsemő” és „Orpha” metaforáira. Majd ezeket párhuzamba állítva Jung „isten gyermekével” és Kalsched traumaelméletének démoni alakjaival. Lehet-e a traumának személyiségfejlesztő hatása? És ez olyan, mint a férges gyümölcs koraérettsége, ahogy Ferenczi írja?

Az előadás egy traumatizált páciens álomsorozatán keresztül kívánja ezt az archetipikus világot konkrétan bemutatni és elemezni, továbbá rávilágítani, hogy az itt megjelenő archetipikus képek és azok dinamikája mennyiben feleltethetők meg a fenti elméleteknek.

Dr. Tóth Zoltán pszichiáter, kiképző jungi analitikus pszichoterapeuta, jungi analitikus (IAAP) viselkedés- és kognitív terapeuta. 2007-ig a Debreceni Kenézy Kórház Pszichiátriai osztályán, döntően különböző pszichoterápiás rezsimekben tevékenykedett. Azóta Debrecenben magánrendelésen dolgozik. 2022 óta a Magyar C. G. Jung Analitikus Pszichológiai Egyesület Tanulmányi Bizottságának elnöke.

## **NARANCSIK GABRIELLA** **„Csak arra az egy szóra lenne szükség” - C. G. Jung hazai levelezőpartnerei**

Az előadás egy mindeddig kevésbé kutatott témához, C. G. Jung 1948 előtti magyarországi recepciójához kapcsolódik. A 30-as évek nyilvános forrásainak alapján bizonyítható, hogy Jung neve a művelt nagyközönség előtt ismert volt, s egyes tőle származó fogalmak, mint például a komplexus, az introverzió-extraverzió a magyar közbeszéd részévé váltak. A fentiek ellenére Jung

tágabb életműve és az analitikus terápia irányzata kevésbé tudott hazánkban megjelenni. Az előadás centrális állítása: annak oka, hogy Jung terápiás irányzata Freud, Adler és Stekel iskolájához képest itthon nehezebben honosodott meg, nem elsősorban a pszichoanalitikus ellenpropaganda volt, mint az magyarázatként felmerülni szokott – bár ennek is szerepe lehetett benne –, hanem a személyes összeköttetések hiánya. Ahol a személyes kapcsolatok kialakultak, ott Jung recepciója azonnal kedvező fordulatot vett.

Az előadás ezidáig feldolgozatlan levéltári anyag, mint például a zürichi ETH Jung Archívumában felelhető hazai vonatkozású levelek bevonásával próbálja azonosítani Jung magyarországi kapcsolatrendszerét, s ez alapján kiegészítéseket tenni itthoni hatástörténetéhez.

Narancsik Gabriella klinikai szakpszichológus, kiképző jungi analitikus pszichoterapeuta, jelenleg az ELTE Pszichológiai Intézetében és magánrendelésben dolgozik.

### **KODAY ZSUZSANNA**

#### **A krízisre vetülő árnyak – trauma és krízisintervenció az egészségügyi dolgozók körében**

A mentőszolgálat dolgozói számára Pszichológiai és Mentálhigiénés Csoportunk biztosítja a krízisintervenciót és egyéb pszichológiai konzultációkra is lehetőségük van. Bár az ártalmas gyermekkori élmények, traumatizáció kiszűrése, az ebből adódó traumák kezelése nem tartozik a feladataink közé, mégis gyakran találkozom velük, leggyakrabban egy akcidentális krízis mentén bukkannak fel. Összeségében az egész egészségügyi rendszerben jellemzőnek látom, hogy a dolgozók 2-3-4 munkahelyen állnak helyt, egyik állásból a másikba sietnek. A „segítői vért” felépítésével nemcsak az érzéseiket zárják ki, hanem szükségleteiket is háttérbe szorítják, melyek egy része kényszer, más része az „így szoktuk” kultúrája. Ebben az állapotban nem nyílik lehetőség, nincs esély az önreflexióra, az önismereti munkára. Árnyékuk egyre nő, az árnyék énvédő és énfeljlesztő szerepe ebben az esetben is a visszájára fordulhat. Kielégítetlen szükségletek, a segítői vért túlnövekedése, a sok feszültség és frusztráció, csalódás az ideákban, amelyek miatt ezt a pályát választották, perszónájukat maszkká merevítheti, árnyékrészük elhatalmasodhat, hiszen nincs sem energia, sem idő magasabb szintű megküzdési módokat használni. Maladaptív megküzdésként sok esetben belép valamilyen addikció (alkohol, munka) is. Munkám során leggyakrabban egy másik krízissel való találkozás töri át a szenvedésnyomás azon szintjét, ami miatt a mentődolgozók pszichológushoz fordulnak. Előadásom témája tehát a segítői lét, a segítők árnyéka és az, hogy mit kezdünk vele.

Koday Zsuzsanna klinikai szakpszichológus, PhD hallgató, az ELTE-PPK Tanácsadás és Iskolapszichológia Tanszékének, valamint az Országos Mentőszolgálat dolgozója. Szemléletét meghatározza az analitikus gondolkodás, ugyanakkor szívesen dolgozik kognitív terápiás elemekkel, valamint relaxációs és mindfulness technikákkal. A kriminálpszichológia, resztoratív igazságszolgáltatás, krízisintervenció, valamint a traumák és az addiktológiai problémák kezelése, terápiája szívéhez közel álló területek. Jungi analitikus szemléletben szeretne pszichoterapeutává válni.

### **BERCZIK KRISZTINA**

#### **Árnyék és sémamódok - A jungi árnyék koncepciójának újragondolása a sématerápia szemszögéből**

Az árnyék a jungi lélektanban a személyiség bizonyos tudattalan aspektusaira, a személyiség meg nem élt és elfojtott részeire vonatkozik. A szocializáció során egyes tulajdonságaink kiemelődnek, mások pedig elfojtásra kerülnek, és az el nem fogadott vonásokból épül fel a személyes árnyék. A sématerápia szerint a személyiségfejlődés során különböző, viszonylag autonóm személyiségrészek, úgynevezett sémamódok alakulnak ki. A sémamódok egy része egészséges, adaptív, más részük viszont diszfunkcionális. A diszfunkcionális sémamódok a minket érő ártalmas szocializációs hatások, kötődési sérülések, traumák hatására jönnek létre. Minél integrálatlanabb valakinek a személyisége, annál erősebbek és autonómabbak diszfunkcionális sémamódjai. A sémamódok meglátásom szerint tárgyalhatók Jung árnyék koncepciója keretében. A diszfunkcionális sémamódok működésének jelentős része a tudatosságon kívül zajlik, és egyes sémamódok megnyilvánulásai elfogadhatatlanok a személy tudatos énje számára. Léteznek kifejezetten destruktív módok, melyeket az árnyék sötét aspektusaként értelmezhetünk. Ugyanakkor az átélt traumák hatására a potenciális egészséges sémamódok értékes, vitális tulajdonságai is a tudattalanba kerülhetnek, és így azok is az árnyék részévé válnak. Az előadás során áttekintem a sématerápia koncepcióját a sémamódokról és bemutatom, hogyan kapcsolható ez össze a jungi árnyékfogalommal.

Dr. Berczik Krisztina klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta, jungi analitikus, sématerapeuta, kiképző kognitív viselkedésterapeuta és egyetemi oktató. Pszichoterápiát magánrendelése keretében végez, emellett pedig az ELTE-n, illetve a Magyar Viselkedés-, Kognitív és Sématerápiás Egyesületben oktatói feladatokat lát el.

## **ANDÓ GERGELY**

### **Tört ének - Az árnyék a viszontátételben és imaginális integrációja**

A terápia szimbólumok közvetítésével történő átalakulási folyamat, ahol a gyógyulni vágyó ember elhossa a terápiás térbe mindazt ami lehetett volna és mindent, amivé még válhat. Megtagadott és még meg nem született részei a tudattalanban, az ismeretlenben bújnak meg, a sötétség mélyén. Ha sikerül összehangolódnom egy pácienssel, akkor testi reakcióimban, érzéseimben, gondolataimban, a képzeletemben nyomára bukkanhatok annak, ami a páciens számára még nem tudott, de tudatosulni vágyik, hogy teljesebbé válhasson. Hogyan tapasztalhatnám meg a másik ember lélektani realitását, ha nem jelenik meg bennem is a másik valóságának egy-egy darabja? Terapeutaként megtestesítünk és befogadunk lélektani részeket, rezonálunk archetipusos áramlatokra, darabokat veszünk át, melyeket fokozatosan illesztünk össze egészé a lelkünkben – hogy szavaink, de még mozdulataink, vagy akár szempillantásunk mediálásával a páciens saját teljességét újraintegrálhassa. Különösen nehéz, mikor a korai traumák, a pszichózis, az üresség, a kifejezhetetlennek érzett lelki fájdalom világában ismeretlen vizeken, kikötő nélkül, formátlan tartalmak között hajózunk. Előadásomban példával illusztrálom, mikor a terápia coniunctio-nigredo kettős váltakozó folyamatában, a kölcsönösen árnyékos, tudattalan mezején létrejövő verbalizálhatatlan tartalmak és megakadások a terapeuta saját képzeletét mozgásba lendítik. Mindez a páciens korai, addig szavakba nem önthető, traumatikus élményeit elgondolhatóvá és elképzelhetővé teheti a közös terápiás térben, amelyet a folyamatban résztvevők feléledésként tapasztalhatnak meg.

Andó Gergely Károly klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta jelölt. Egyetemi tanulmányai mellett önkéntes volt krízisellátásban, 2013-tól dolgozik intézményi keretek között pszichológusként, 2016 óta klinikumban. Jelenleg az Országos Ideggyógyászati és Idegsebészeti Intézet Nyírő Gyula Központ Pszichiátriai Gondozójában végez terápiás munkát egyéni és

csoportos formában. Fő érdeklődési területe a nehezen verbalizálható lelki tartalmak, valamint a terapeuta és a páciens közötti tudattalan kommunikáció jelensége.

## **UNGVÁRI BRIGITTA**

### **A feketebárány mint az árnyék megtestesítője a családban**

Az előadás a családi feketebárány szerepét és jelenségét vizsgálja jungiánus megközelítésben. A feketebárány szerepét a kollektív árnyék fogalmából kiindulva járjuk körül, rávilágítva, hogy miként válhatnak ezek a személyek a család azon tudattalan tartalmainak hordozóivá, amelyet az a kollektív, tudatos értékrendszeréből kiutasított, valamint hogyan biztosíthatnak az egyes tagok személyes árnyéktartalmai számára is projekciós felületet. Tehát habár a feketebárány szerepét betöltő családtagokra tudatos szinten gyakran tekint úgy a család többi tagja, mint nemkívánatos tényezőkre, valójában a családi dinamikában betöltött funkciójuk révén fontos szerepük van az adott családi rendszer és egyensúly fenntartásában. A jungiánus árnyékfogalomból kiinduló szemléleti keret ebből kiindulva összhangban áll rendszerszemléletű családterápiás megközelítésekkel. Emellett a jungi elmélet a transzgenerációs megközelítéshez is hozzáad, hiszen a család árnyékához gyakran tartozhatnak a felmenő generációkban fellelhető traumák, a családi narratívumban szegyenként vagy titokként jelen lévő események. A jungi szemlélet az archetipikus mintázatok feltárásával és az integráció elősegítésével fenomenológiai és szimbolikus szinten is gazdagítja a családi dinamikák megértését, valamint a patológiás egyensúlyt eredményező állapotok kezelését. Ennek alátámasztására néhány publikált esettanulmányt is megvizsgálunk és értelmezünk a jungiánus megközelítés keretében.

Ungvári Brigitta pszichológus, PhD hallgató (Pázmány Péter Katolikus Egyetem Információs Technológiai és Bionikai Kar). A PPKE-n szerezte pszichológusi végzettségét. Jelenleg doktoranduszhallgatóként pszichodiagnosztika és idegtudomány témában kutat. Klinikai érdeklődése középpontjában főként a pszichodinamikus, mélylélektani megközelítések állnak. Mindemellett fontos számára a különböző irányzatok integrálása egy-egy jelenség vizsgálatában – különösen fontosnak tartja a filozófiai, művészeti és irodalmi szemlélet beemelését mind a kutatói, mind a klinikai munkába.

## **MŰHELYEK**

### **FEDOR MARIANN – KOVÁCS ÁGNES ANNA**

#### **Egymás tükrében – Sématerápiás és jungi analitikus esetbemutató és esetmegbeszélő workshop**

A workshop egy olyan folyamat esetbemutatóját tűzi ki célul, amelyben egy házaspár tagjai egyéni feltáró önismereti folyamatban vesznek részt, és időnként konzultációs helyzetben vannak a saját terapeutaikkal, valamint a házastársukkal és annak terapeutájával az egyéni folyamatuk facilitálása érdekében. A két terapeuta szoros szakmai hosszmetzeti együttműködése – a páciensek engedélyével – felöleli a két folyamat rendszeres megbeszélését azon kereteken belül, amely a párkapcsolati fejlődést segíti elő. A workshopon betekintést szeretnénk nyújtani a sématerápiás és a jungi analitikus módszerrel dolgozó terapeuták együttműködésének lehetőségeire úgy, hogy megvilágítjuk az esetkonceptualizációs folyamatban levő különbségeket és hasonlóságokat, a jungiánus és kognitív terápiás nyelvezet azonosságait és eltéréseit, valamint a módszerek interakciója mentén létrejövő technikai sajátosságokat. Emellett fontosnak látjuk a

különböző módszerek mentén a pszichoterápiás együtt gondolkodás hangsúlyozását a lehetséges terápiás kimenetelekről, terápiás tervekről, módszerspecifikus gondolatokról. A workshop gyakorlati jellegű, emiatt kérjük a kollégákat, maguk is készüljenek esetvignettákkal, amelyekről a műhely során együtt gondolkodhatunk. Örömmel vesszük további módszertani képzettséggel rendelkezők részvételét, hogy minél többféle szempontot integrálhassunk a műhelyen megszülető gondolatainkba.

Fedor Mariann klinikai szakpszichológus, az SE Genomikai Medicina és Ritka Betegségek Intézetében, valamint magánrendelésben dolgozik. Módszerei döntően kognitív terápiás elemeket tartalmaznak, de szívesen dolgozik és gondolkodik multidiszciplináris keretek között. Így született az ötlet a workshopon való részvételről.

Kovács Ágnes Anna klinikai szakpszichológus, jungi analitikus pszichoterapeuta jelölt. A Dél-pesti Centrumkórház Onkológiai Centrumában dolgozik. Fő klinikai és kutatási területe a C-PTSD és az ezzel járó felnőttkori pszichés zavarok pszichoterápiája, valamint a tumoros megbetegedések pszichoterápiás támogatása és pszicho-neuro-immunológiai háttere. Kiegészítő módszere az EMDR. A Magyar Pszichoonkológiai Társaság vezetőségi tagja.

### **BACH BEATRIX REGINA**

#### **Alászállás Hádész birodalmába (Művészetterápiás műhely a Katarzisz Komplex Művészetterápia Módszerével)**

*„Ha valakit szembesíteni akarsz önnön árnyékával, akkor mutasd meg neki a saját fényét.” /C. G. Jung/*

Hádész birodalmával való találkozás szembesíthet bennünket az élet árnyékos oldalával. Ám, ha van bátorságunk leereszkedni a mélységbe, felfedezhetjük azokat a kincseket, melyek a Sötétségben rejtőznek.

November, Skorpió hava a zodiákus temetője, a „halál háza”. Az ősznek ebben a szakaszában a természet halálán keresztül fizikai világunk mulandóságával szembesülünk. A külső formák eltűnnek, a lehulló lomb, az elhalt növényzet idővel felbomlik, majd a föld mélyére kerül, hogy éltető közzé alakuljon a tavasszal születő új számára.

A műhely lehetőséget teremt arra, hogy belépünk e beavató időszak által megnyitott kapun és elinduljunk belső világunk mélységei felé. Az elcsendesedés, az alkotó folyamat által megélt befelé figyelés segít megtalálni, mi az, ami elmúlt, meghalt, elveszett, változásra, megújulásra vár bennünk és körülöttünk. Ebben az utazásban belső képeink vezetnek, melyeket az alkotás előtt elhangzott relaxáció, vers és zene segítségével hívunk elő. A résztvevők átélhetik a módszernek a természet körforgására épülő tematikáján keresztül az összekapcsolódást önmaguk tudattalanba száműzött tartalmaival, hogy felhozzák a fényre azt, ami maradandó, örök, életet adó erő.

A részvétel művészeti előképzettséget és rajztudást nem igényel.

Bach Beatrix Regina komplex művészeti terapeuta, mentálhigiénés szakember, tibetológus. Tibetológusként az ELTE-n végzett 2002-ben, majd érdeklődése a segítő hivatás felé fordult. A jungi analitikus pszichológia, az alkotás folyamata régóta az érdeklődése középpontjában állt, ezek vezették el a Katarzisz Komplex Művészetterápia módszeréhez, melynek alkalmazásával 2012-2020 között pszichiátriai betegek rehabilitációját támogathatta (Thalassa Ház, XIX. ker. Forrásház). 2014 óta a Lelki Egészségvédő Alapítványnál oktató művészetterapeutaként dolgozik, mentálhigiénés szakemberként egyéni folyamatokat kísér. A Katarzisz Komplex Művészet és Kincskereső Meseterápiás Egyesület elnökeként tevékenykedik.

## **VALACHINÉ GERÉB ZSUZSANNA**

### **A Segítő Árnyék (Képzőművészetterápiás műhely)**

A művészet segít szembenézni a szavakkal nehezen kifejezhető, érzelmileg nehéz tartalmakkal. Árnyékunk el nem fogadott, szégyellt gondolataink, érzéseink, késztetéseink tárháza, melyek mögött gyakran hiányok és szükségletek bújnak meg. Képzőművészetterápiás műhelyünkön személyes és kollektív árnyékainkkal való szembenézés, azok tartalmának felismerése és szükségleteink elismerése történhet meg.

A művészetterápia koncentrált és aktív, ám ellazult tudatállapotban, konstruktív módon támogatja a pszichológiai rugalmasságot. A művészet általi önkifejezés segíti az érzelmi szabályozás fejlődését. Az elkészült alkotások szimbolikusan tükrözik az alkotó belső állapotát, dilemmáit, vágyait, ellentétes érzelmeit – egységet teremtve a sokféleségben, segítve az önmagunkról való gondolkodást, megértést, szemléletváltást. A rajzi integráció pszichés integráció is egyben.

Az alkotás közben létrejövő érzelmek, felbukkanó emlékek, asszociációk mind jelentőséget kapnak. A nonverbális kifejezés mellé társuló kognitív munka elősegíti egy koherens öntudat megélését. A csoport elfogadó, támogató közege segíti az önfogadást, az empátia növekedését. A műhely nem igényel rajztudást, de nyitottságot, kísérletező kedvet, önismereti igényt igen. Várjuk azok jelentkezését, akik szeretnék fejleszteni kreativitásukat, szeretnének a külső és belső képzeleti képeken keresztül elfogadóbban kapcsolódni önmagukhoz és másokhoz, valamint csoportos relaxációs és alkotó feladatok révén ellazulni.

Valachiné Geréb Zsuzsanna klinikai szakpszichológus, képzőművészetterapeuta. A Magyar Művészetterápiás Társaság elnöke. Több mint 20 éves gyakorlattal rendelkezik gyermek, ifjúsági és felnőtt kliensek segítésében főleg egészségügyi és oktatási keretek között. Az utóbbi pár évben magánpraxisban dolgozik az Üvegház Művészetterápiás és Pszichológiai Tanácsadó Műhelyben, miközben a doktori képzését végzi az ELTE-n. Az ELTE EMIND kutatócsoport tagja, érdeklődési területe az Érzelmi rugalmasság fejlesztése művészetterápiás módszerekkel.

## **LENTULAY EDINA**

### **Tükröm, tükröm, mondd meg nékem! - Találkozás az Árnyékkal a népmesék útján (Meseterápiás műhely)**

A mesék árnyékos figurái a fejlődés kulcsai – ahogy a Faust ördöge, mindig rosszra törnek, de „jót mívelnek”. Jó és rossz, fény és árnyék csak egymás mellett nyernek formát és értelmet.

*„Buta liba! – úgy mond a vénség –, elég nagy a nyílás... magam is beférek. Azzal odabicegett és bedugta fejét a kemencébe. Margitka pedig jól megtaszította, úgyhogy a vénség a kemencébe bucskázott, ő meg reácsukta a vasajtót... Margitka meg nyílegyenesen futott Jánoskához... Jánoska máris kiszökött... S mivel már nem volt félnivalójuk, bementek a boszorkány házába, ott minden sarokban gyöngyökkel és drágakövekkel telt ládák álltak.” /Grimm: Margitka és Jánoska/*

A mesékben gyakran találkozhatunk személyiségünk kevésbé szeretett, inkább szégyellt, gonosznak, elfogadhatatlannak tartott oldalával, mely mégis mézesmázosan vonzani tud, mint a banya illatos mézeskalácsai. A népmesék szereplői szembesítenek bennünket azzal, hogy személyiségünk csak akkor lehet teljes, ha megismertük és integráltuk árnyékos, kevésbé szeretett és elfogadott tulajdonságainkat. Mert ahogy azt az idézett mese is láttatja velünk, árnyékaink mögött kincsek rejtőznek, félelmeink mögött friss életenergiák. A mesék egyetemes, ősi tudás hordozói az emberi létről, az életút során felmerülő kérdésekről. A mese a szövegével, szavainak

szimbolikus erejével a tudattalan barlangjának képzeletbeli kapuján kopogtat. Bepillantva ebbe a titokzatos világba, ott árnyékainkkal is találkozhatunk.

A módszer különlegessége, hogy az egyéni, illetve csoportos meseterápiás foglalkozások során alkalmazott relaxációval mélyítjük el ezt a belső utazást, amelyet alkotás követ. Antalfai Márta tanítványaként már sok éve használom és oktatom a Kincskereső Meseterápiás Módszert. A műhelyre szeretettel várom mindazokat, akik szerencsét próbálva vállalkoznak arra, hogy felfedezzék a mesékben rejlő árnyékaink világát. A műhelyen a következő mesékkal dolgozunk: A csodaszörny, Hófehérke.

Lentulay Edina pedagógus, coach, személyiségfejlesztő meseterapeuta. A Lelki Egészségvédő Alapítványnál dolgozik, Dr. Antalfai Márta tanítványaként sok éve tanítja és alkalmazza a Kincskereső Meseterápiás módszert gyerekek és felnőttek körében, egyéni és csoportos formában egyaránt.

### **TORNYOSSY MÁRIA**

#### **Hekaté, mint kollektív "árnyék" (Jungiónus szemléletű mítoszselemező műhelydemonstráció)**

Hekaté – akárcsak Hermész – működési területe az éjszakai sötét.

Számtalan társadalmi probléma mögött ott bújjik meg az egyének tudattalanságának, árnyékos oldalának feltáratlansága. Amikor a mítoszokat tanulmányozzuk megtaláljuk bennük az „árnyék” kollektív vetületét, amivel az egyéneknek, csoportoknak, társadalmaknak, nagyobb léptékű koalícióknak lenne szükséges szembenézniük – felismerni bennük hiedelmeiket, eltagadott törekvéseiket, sosem vállalt vágyaikat és félelmeiket.

Ez a műhely egy illusztratív élményt nyújt az individuációs úton az „árnyék” felismeréséhez. Azért csupán illusztratív, mert egy-egy témához egyetlen alkalom sosem elég, de ez jó bevezetés lehet a lelki munkához. A műhely bemutatója számára revelatív megtapasztalás volt a Hekaté-téma első megjelenítése, ahol az istennő három arcát, három személy mutatta be. A műhelycsoport is megalkotta a görögök egyik korai színház-formáját, a „mimésis”-t, ami Sophron módszere volt: az élet utánzása, életkép, beszélő személyek megjelenítése. Nem pszichodramatikus módszerről van szó, a mitikus alakok és témák egy távolságtartóbb megközelítést igényelnek. A csoport facilitátora által kompilált szöveget használjuk a megjelenítéshez és ezután egy instrukciónak megfelelő kötetlen megbeszélés következik, amiben elsősorban a Kerényi-Jung-i értelmezést alkalmazzuk.

Tornyossy Mária klinikai szakpszichológus, jungiónus szemléletű pszichoterapeuta. Pszichiátriai területen kezdte pályáját, a repüléslélektan területén folytatta, majd nevelési tanácsadóban és pszichiátriai gondozóban, 2000-ig pedig magánrendelésen. A téma, a görög mitológia nagyon régóta foglalkoztatja, ennek jungiónus megközelítését írta meg megjelenés előtt álló könyvében "Párok és Páratlanok az Olümposzon" címmel.



**Magyar C. G. Jung Analitikus Pszichológiai Egyesület**  
1145 Budapest, Laky Adolf u. 11. I. em. 3.  
[www.cgjung.hu](http://www.cgjung.hu)

Facebook: <https://www.facebook.com/CarlGustavJungHu>

Email: [info@cgjung.hu](mailto:info@cgjung.hu)  
Elnökség: [cgjungtitkarsag@gmail.com](mailto:cgjungtitkarsag@gmail.com)  
Tanulmányi Bizottság: [mapekepzes@gmail.com](mailto:mapekepzes@gmail.com)

Hírlevél feliratkozás:  
[www.groups.google.com/d/forum/junghirlevel](http://www.groups.google.com/d/forum/junghirlevel)