



Sanje, metafore in kreativni mediji v psihoterapiji

19. ŠTUDIJSKI DNEVI SKZP

PROGRAM SREČANJA

ROGLA, 3.-5. JUNIJ 2022



Slovenska krovna
zveza za psihoterapijo
NACIONALNA ORGANIZACIJA - NAO
EVROPSKE ZVEZE ZA PSIHOTERAPIJO - EAP



8.30–10.00 **Prijava**

10.00–10.30 **Dr. Romana Kress,**
POZDRAVNI GOVOR predsednica SKZP, transpersonalna psihoterapevtka

Dr. Ivana Kreft Hausmeister,
predsednica Programskega odbora,
geštalt izkustvena psihoterapevtka

10.30–12.30 **Dr. Avi Goren Bar**
PLENARNO **Kreativni mediji v psihoterapiji**
PREDAVANJE (predavanje bo potekalo v angleškem jeziku)

Vesel in hvaležen sem, da lahko na vaši konferenci predstavim svoje izkušnje in teoretična razmišljanja o ekspresivni umetnostih v psihoterapiji in kovčingu. Teoretično ozadje, ki podpira prakso kreativnih umetnosti v psihoterapiji in kovčingu, izhaja tako iz naravnih dobrin človeka od rojstva kot iz različnih psiholoških teorij, kot so objektni odnosi, psihologija selfa, Jungova psihologija in geštalt terapija.

Moje predavanje bo sistematično predstavilo teoretične korenine te ustvarjalne prakse. Poleg tega ne bom le izkoristil te priložnosti, da z občinstvom delim svoja teoretična spoznanja, ampak bom tudi pokazal, kako se te misli uporabljajo v praksi.

Filozofija ekspresivne umetnosti trdi, da je ustvarjalnost naš vodilni pristop, fleksibilnost je naša dirigentska linija, improvizacija potrjuje našo svobodo, holizem pa ustvarja naš prostor: uporabljamo um, čustva in telo za izdelavo vsebin. Izstopiti iz okvirjev je naša taktika, saj poskušamo na pojave pogledati z različnih zornih kotov. Proces je tisto, kar iščemo, medtem ko zaupamo v proces. Umetniška kakovost je tisto, k čemur stremimo, zato uporabljamo gib, vizualno umetnost in glasbo. Skupnost je tisto, kar ustvarjamo, ko se zavzemamo za sodelovanje, raznolikost in enakost, čustvena inteligenca pa je tisto, kar negujemo, saj bo samo izražanje čustev povzročilo spremembe.

Orodja ekspresivne umetnosti se lahko uporabijo v psihoterapiji in kovčingu, šolskih kurikulumih, socialnih in komunalnih intervencijah, organizacijah prek delavnic in kakršnih koli obogatitvenih programih v poslovanju, izobraževanju in kulturi.

Ustvarjalci kreativnih umetnosti imajo znanje in izkušnje za implementacijo kreativnih tehnik v družbene izzive, kot so reševanje konfliktov, dejavnosti skupnosti, socialne intervencije, delo z begunci in prostovoljno delo. Ustvarjalne umetnosti obogatijo vse učne procese, zabavne dogodke in timsko delo.

dr. Avi Goren Bar, klinični in šolski psiholog,
ekspresivni umetnostni terapevt,
organizacijski kovč in supervizor

Dr. Avi Goren Bar je po poklicu psiholog, ki dela in živi v Izraelu. V svoji zasebni psihoterapevtski praksi je sodeloval z otroki, mladostniki, odraslimi, pari in družinami. Pri svojem edinstvenem pristopu združuje geštalt terapijo, jungovsko terapijo in ekspresivno umetnost. Avi je terapevt, učitelj in supervizor umetnostne terapije ter član mednarodnega združenja IEATA (International Expressive Art Therapy Association). Skoraj 40 let poučuje na različnih srednješolskih, univerzitetnih in psihoterapevtskih programih. Od leta 2014 redno prihaja v Slovenijo kot učitelj v programu Klinične ekspresivne umetnostne terapije.

12.30–14.30 **Kosilo**



14.30–16.30
DELAVNICE**DELAVNICA,**
PRIKAZ PRIMERA**KLJUČNE BESEDE:**

kreativna supervizija,
supervizija v živo,
ustvarjalnost,
nezavedno,
širjenje možnosti,
vzpostavljanje vloge
notranjega supervizorja,
prepuščanje toku

1. Barbara Repinc Zupančič in Simona Prosen
Supervizija ustvarjalno

V supervizijskem procesu so supervizanti najpogosteje vabljeni, da zavestno razmišljajo, odgovarjajo na supervizorjeva vprašanja in so del verbalne razprave o različnih hipotezah. Kreativna supervizija je drugačna, izredno dragocena (občasna) alternativa ali dodatek k njej. V njej je supervizant s strani supervizorja spodbujen, da si v varnem okolju dovoli raziskovati svoje delo preko uporabe domišljije, igre, imaginacije, dela s telesom, glasbe, zgodb, preko risanja, ustvarjanja s kreativnim materialom in uporabe različnih rekvizitov. Supervizor ni nekdo, ki ve, pač pa v prvi vrsti zaupa, da je moč v supervizantu in da se odgovori skrivajo v njunem sodelovanju.

Pri svojem delu uporablja znanja iz integrativne supervizije. Pomembno nama je, da se proces odvija v varnem okolju, kjer lahko raziskujemo in delimo na način, da je čim manjkrat prisoten sram. Kreativni del razvijava z znanjem, ki sva ga pridobili v študiju integrativne otroške psihoterapije, Barbara še v transakcijski analizi ter Simona v psihodrami. Uporabljava že znane kreativne supervizijske metode ter razvijava svoje lastne, saj domišljija ne pozna meja.

V delavnici bova podali nekaj osnovnih informacij in pravil o izvajanju kreativne supervizije ter seznanili udeležence z različnimi tehnikami in pripomočki, ki jih lahko uporabljamo v kreativnem procesu. Demonstrirali bova kreativno supervizijo, sledila pa bo diskusija o preostalih kreativnih možnostih. V drugem delu delavnice se bodo udeleženci sami preizkusili v sooblikovanju kreativnega prostora za raziskovanje supervizijskega vprašanja ali dileme, zato so vabljeni, da s seboj »prinesejo« opis klienta ali procesa, kjer potrebujejo supervizijsko podporo.

2. Sara Grahelj in Gal Grahelj
Konj tudi kot kreativni medij**DELAVNICA**

KLJUČNE BESEDE:
terapija s konji,
izkustvene delavnice
s konji

Terapija s konji poteka s pomočjo različnih aktivnosti, ki se izvajajo ob prisotnosti konj in z njimi, in je opredeljena kot interaktivni proces, v katerem sodelujejo terapevt, strokovnjak na področju obnašanja konj, konji ter klient. Je izjemno zabavna in dinamična metoda, katere učinki so znanstveno dokazani. Proces je izkustven in se odvija pred našimi očmi, tukaj in zdaj. Pogosto se zgodi, da konj med srečanjem postane marsikaj – naš strah, oseba, služba.

Delavnica bo potekala v živo, ogledate si jo lahko vsi zainteresirani. Vodila jo bova Sara in Gal ob podpori supervizorke Julije Pelc. Potrudila se bova prikazati in predstaviti nekaj vaj s konji, za kar bova potrebovala do 6 prostovoljcev.

Vaje bodo zajemale delo s posameznikom, delo s parom ter delo s skupino. Pred delavnico in po njej bo čas za diskusijo in vprašanja, prav tako pa se boste

Barbara Repinc Zupančič, univ. dipl. pedagog. in soc. kult., certificirana transakcijska analitičarka, smer psihoterapija, certificirana integrativna supervizorka in supervizorka transakcijske analize (smer psihoterapija), članica društev Sinta in Sloventa

Barbara izvaja psihoterapijo za mladostnike in odrasle ter je gostujoča učiteljica in supervizorka psihoterapije v Sloveniji, VB, Indiji in na Hrvaškem. Nudi individualno in skupinsko supervizijo v različnih delovnih okoljih. Pridobila je diplomu iz integrativne supervizije ter mednarodni naziv supervizorke transakcijske analize. Njeno delo sloni na prepričanju, da je supervizija relacijski proces, kjer lahko reflektiramo in se učimo skupaj. Že več let pri svojem delu uporablja in razvija različne kreativne pristope (kolaž, risanje, peskovnik, igrače ...).

doc. dr. Simona Prosen, univ. dipl. psih., certificirana psihodramska psihoterapevtka, certificirana integrativna supervizorka, članica Slovenskega društva za psihodramo in društva Sinta

Simona izvaja individualno in skupinsko psihoterapijo za odrasle, otroke in mladostnike ter supervizijo. Je učiteljica in supervizorka psihodramske psihoterapije v Sloveniji in na Hrvaškem. Pridobila je diplomu iz integrativne supervizije. Zadnje desetletje izvaja terapijo in supervizijo v zasebni praksi, predtem je deset let vodila psihoterapevtske skupine na Psihiatrični kliniki Ljubljana. Zaposlena je na Pedagoški fakulteti Univerze v Ljubljani. Proces supervizije razume odnosno in vanj vključuje tudi ustvarjalne pristope, največkrat povezane s psihodramskim načinom dela.

lahko vmes vključili tudi gledalci s svojim opažanjem, mnenji ter vprašanji.

Sara Grahelj, magistrica znanosti o živalih in edukantka geštalt izkustvene družinske terapije pri Inštitutu za družinsko terapijo. Zavod EQUINESS – preko zavezanja do rasti ob podpori konj.

Pot Sare Grahelj do živali – konj – vsekakor sovпада z njeno lastno občutljivostjo, ki jo je v ranem otroštvu peljala stran od ljudi, zdaj pa jo po dolgoletnem študiju, različnih indijanskih delavnicah in dodatnih izobraževanjih spet vodi med ljudi z željo, da preko lastnih izkušenj in znanja deli ta prostor. Že v osnovni šoli je imela vizijo, da bi združila živali in ljudi ter širši množici omogočila, kar je sama izkusila v življenju – podporo živali.

Pot jo je najprej vodila na študij znanosti o živalih, kjer je tudi magistrirala, kasneje pa je vpisala študij geštalt izkustvene družinske terapije.

Izkušnja dela v MKZ Rakitna z otroki in mladostniki ji je

le potrdila, naj sledi svoji viziji. Tako je v letu 2020 začela snovati projekt EQUINESS. V zavodu želi ponuditi, kar bi sama potrebovala v otroštvu, mladostništvu ter pri spopadanju z življenjem nasploh. Želi si ustvariti varno in profesionalno okolje, kjer bodo konji sodelavci.

3. Alenka Lin Vrbančič Simonič Plesno-gibalna psihoterapija kot ustvarjalni proces in podpora razvoju varovalnih dejavnikov duševnega zdravja

PREDAVANJE

KLJUČNE BESEDE:

plesno-gibalna psihoterapija, ustvarjalnost, duševno zdravje, varovalni dejavniki, izguba, kriza in žalovanje

Učinke plesno-gibalne psihoterapije na zmanjševanje simptomatike pri različnih težavah in motnjah s področja duševnega zdravja potrjujejo različne raziskave. Še bolj pomemben je morda njen vpliv na razvoj varovalnih dejavnikov duševnega zdravja. V prispevku bom predstavila specifična izhodišča in značilnosti plesno-gibalne psihoterapije ter pomen in vlogo ustvarjalnega gibanja pri razreševanju duševne stiske, povezane z izgubo, doživljanjem krize in žalovanjem.

»Biti ali ne biti, to je zdaj vprašanje.« Vprašanje, s katerim se na tak ali drugačen način, bolj ali manj intenzivno doživeto, artikurirano ali reflektirano, z različnih zornih kotov, doživljajskih perspektiv ter v zelo raznolikih kontekstih srečujemo vsi ljudje, saj kot pravi pesnik: »Iz roda v rod duh išče pot.« V varnem prostoru plesno-gibalne psihoterapije se to intimno doživljanje in proces ne dogajata le kot monolog, pač pa se razvijata tudi kot dialog ter se udejanjata na način multisenzorne izkušnje. V ospredju je gibanje kot prvinski način komuniciranja. Gibanje kot temeljna značilnost življenja in kot tako tudi človekov temeljni modus vivendi je pot in način, kako lahko fragmentirane, pogosto nasprotujoče si, na videz konfliktne in nezdružljive vsebine, občutki, težnje, kvalitete najdejo svoj telesni izraz, svoj prostor, čas, obliko in pomen, a tudi ritem izmenjave, ravnovesje in sobivanje.

V procesu zaznavanja, pričevanja, opazovanja, doživljanja, udejanjanja in raziskovanja različnih elementov in kvalitet gibanja vznikajo gibalne metafore in simboli

– nosilci pomena, ki jih posameznik vedno znova oblikuje v celovito pripoved. Gibanje postaja ustvarjalno gibanje, ples. Vse to podpira celostno integracijo posameznika, odkrivanje smisla in razvoj smiselne življenjske orientacije.

Alenka Lin Vrbančič Simonič, univ. dipl. pedagoginja in filozofinja, specialistka pomoči z umetnostjo – smer gibno-plesna terapija; registrirana plesno-gibalna psihoterapevtka (ZPGTS/EADMT), logoterapevtka, Logos

Alenka Lin Vrbančič Simonič je pedagoginja in filozofinja, specialistka pomoči z umetnostjo, registrirana plesno-gibalna psihoterapevtka (ZPGPS/EADMT) in logoterapevtka. Ima 25 let delovnih izkušenj pri delu z različnimi ciljnim skupinami na področjih socialnega varstva, vzgoje in izobraževanja, duševnega zdravja in psihosocialne rehabilitacije. Na podlagi svoje specifične usposobljenosti v okviru svoje zaposlitve kot svetovalna delavka v vrtcu izvaja različne preventivne dejavnosti pa tudi dejavnosti pomoči in podpore, namenjene otrokom, staršem in strokovnim delavkam/-cem. V sodelovanju z drugimi strokovnjaki in strokovnimi službami kot specialistka za plesno-gibalno psihoterapevtsko delo z majhnimi otroki in njihovimi družinami deluje tudi na področju zgodnje obravnave. Pod okriljem Inštituta IZIS izvaja plesno-gibalno psihoterapijo in logoterapijo z otroki, mladostniki in odraslimi.

4. Tanja Krist Sanje kot most do klientovega doživljanja

DELAVNICA

KLJUČNE BESEDE:

sanje, doživljanje, most, delo s čustvi, kreativne tehnike

Na delavnici bomo raziskali način dela s sanjami v psihoterapevtskem procesu. Pogledali bomo, kako lahko sanje uporabljamo kot most do klientovega doživljanja. Poleg praktičnega prikaza dela s sanjami bomo pozornost dali nadaljnemu delu s klientovim doživljanjem. Udeleženci bodo lahko preko svojih sanj dostopali do svojih doživljanj, ki jih bomo na koncu upodobili s specifično kreativno tehniko risanja (tehniko, ki jo lahko uporabljamo s klienti, kadar delamo s sanjami ali kadar želimo spodbujati klientovo povezovanje s čustvi in njihovo prepoznavanje).

Tanja Krist, PTSTA-P, transakcijska analiza, prof. športne vzgoje, Sloventa

Tanja Krist je certificirana psihoterapevtka TA, učiteljica in supervizorka (PTSTA-P). V svoji zasebni praksi v Naklem in Ljubljani deluje od leta 2012. Specializirana je za delo z ljudmi z depresijo, anksioznostjo in osebnostnimi motnjami. Tanja pri svojem delu uporablja relacijski pristop, sanje in kreativne tehnike pa uporablja kot način povezovanja s klientovim doživljanjem.

5. Mateja Hajšek Semrajc Sanjalci v psihoanalitični psihoterapiji

DELAVNICA

KLJUČNE BESEDE:

simboli, šifre, čustva, nezavedno, odpori, transfer, kontratransfer, psihoza

S sanjami so se ukvarjali že od začetkov kulture. Sanje imajo svoje mesto v Svetem pismu in v različnih tradicijah. Posebno mesto jim je odredil Sigmund Freud. Tako imajo v psihoanalitični psihoterapiji pomembno vlogo. Razkrivajo duševno gradivo in s tem nudijo bogat material za delo.

Na delavnici bom predstavila primere sanj v psihoanalitični psihoterapiji in delo s sanjami. Udeleženci delavnice bodo ob tem povabljeni k prostemu asociiranju. Ponudila bom priložnost za predstavitev svojih sanj in izkušnjo dela s sanjami.

Mateja Hajšek Semrajc, mag. psihoterapevtske znanosti, psihoanalitična psihoterapevtka z diplomom ECPP, supervizorka v usposabljanju, članica Evropskega združenja psihoanalitičnih pristopov – Slovenija

Mateja Hajšek Semrajc je po izobrazbi univ. dipl. ekonomistka, magistra psihoterapevtske znanosti in psihoanalitična psihoterapevtka z ECPP diplomom ter supervizorka v usposabljanju.

Psihoterapijo izvaja zadnjih 12 let. Delo s sanjami predstavlja tudi del psihoanalitičnega procesa, ki ga izvaja s pacienti.

Dela v okviru Centra za psihoterapijo Maribor (CPMB) in v zasebni praksi.

16.30–17.00 Odmor s kavo in čajem

17.00–18.30 DELAVNICE

1. Ana Matijević Korelacija procesov ponotranjanja in formiranja identitete

PRIKAZ PRIMERA

KLJUČNE BESEDE:
pomen simptomov, psihosomatika, anksioznost, formiranje identitete, psihoanaliza

V prispevku bom predstavila proces večletnega psihoanalitičnega terapevtskega dela s klientko, ki je v obravnavo prišla zaradi socialne anksioznosti in številnih psihosomatskih motenj (težav na področju gastrointestinalnega trakta in številnih alergij na hrano). Pogoji za psihosomatske bolezni nastajajo v prvih mesecih življenja, ko je otrokova struktura še šibka in stiske razbremenjuje skozi telo. Motnje prebave simbolizirajo težave s ponotranjanjem in neuglašeno zadovoljevanje otrokovih potreb. V fazi simbioze je otrok zlit z objektom in neselektivno ponotranja tako hrano kakor tudi odnos z objektom, kar je začetek ustvarjanja identitete. Šele z diferenciacijo otrok opušča primarno emocionalno identifikacijo in jo nadomešča s sekundarno selektivno identifikacijo. Pomanjkljiva diferenciacija med objekti in seboj omeji posameznika v avtonomnem funkcioniranju in v čutenju sebe. Klientka se, ob zadržani agresivnosti in posledično pomanjkljivi diferenciaciji, ni mogla uveljaviti in je postala pretirano prilagodljiva. V stiku z zunanjim svetom je izgubila svoj notranji svet. Kakor so se pri njej kazale težave s ponotranjanjem in prebavo hrane, tako je bilo

moteno tudi formiranje identitete. Prikazan bo proces psihoanalitičnega dela s poudarkom na simbolnem pomenu simptomov in na pomenljivih sanjah, ki so klientko vodile do stika s seboj.

Ana Matijević, psihoanalitična psihoterapija, psihoanalitična psihoterapevtka, EZPPS

Ana Matijević, psihoanalitična psihoterapevtka z diplomom European Confederation of Psychoanalytic Psychotherapies (ECP), supervizorka v izobraževanju, je članica Evropskega združenja psihoanalitičnih pristopov – Slovenija (EZPPS), članica Častnega razsodišča v Slovenski krovni zvezi za psihoterapijo (SKZP) in članica Slovenskega društva za skupinsko analizo (SDSA). Zaradi poglobljenega zanimanja za vplive najzgodnejšega razvoja na oblikovanje osebnosti je vključena v izobraževanje za spremljanje zgodnjega razvoja otrok v njihovem primarnem okolju. Njeno delo sloni pretežno na razbiranju simbolnih pomenov, s katerimi se izraža nezavedno. Dela v zasebni psihoterapevtski praksi, predvsem z anksioznimi motnjami.

2. Mateja Škorc Različni deli mene

DELAVNICA

KLJUČNE BESEDE:
delo z deli,
Internal family systems,
somatic experiencing

Na delavnici bomo odkrivali in spoznavali različne dele nas. Še posebej se bomo osredotočili na dele, ki nas ovirajo in nam ne pustijo, da bi se premaknili v smeri naših vrednot. Morda se bomo srečali z deli, ki si nasprotujejo in v nas povzročajo stanja stresa in zamrznitve. Z uporabo tehnik telesnega doživljanja (Peter Levin – Somatic experiencing) in notranjih družinskih sistemov (Richard Schwartz – IFS internal family systems) bomo poiskali načine, da bomo z deli vzpostavili stik, jih podprli in se morda z njimi celo nekoliko spoprijateljili. V pomoč pri raziskovanju nam bodo tudi voščenske in papir, kreativne karte in še kaj.

Mateja Škorc, univ. dipl. psih., PTSTA-P certificirana terapevtka transakcijske analize, učiteljica in supervizorka, Sinta, Sloventa

Mateja Škorc je univerzitetna diplomirana psihologinja, certificirana transakcijsko analitična psihoterapevtka (CTA) in učiteljica ter supervizorka transakcijske analize, smer psihoterapija s statusom PTSTA v okviru Evropske zveze za transakcijsko analizo (EATA). V okviru Inštituta za integrativno psihoterapijo in svetovanje, Ljubljana se je izobraževala za učiteljico čuječnosti. V zasebni praksi izvaja psihoterapijo posameznikov, parov in skupinsko psihoterapijo. V zadnjih letih se največ izobražuje iz psihoterapije travme, biologije travme in skupinske psihoterapije. Je zunanja sodelavka Inštituta IPISA, kjer kot učiteljica in supervizorka sodeluje pri izvajanju študija transakcijske analize in integrativne psihoterapije ter vodi na čuječnosti temelječe programe. Mateja je tudi učiteljica joge z več kot dvajsetletnimi izkušnjami.

3. Julija Pelc Lovilci sanj, gradniki (spo)znanj. Ob tebi k sebi.

DELAVNICA

KLJUČNE BESEDE:
pripovedovanje,
raziskovanje,
pričevanje,
upodobitev,
ekspresivna umetnost,
nezavedno,
geštalt

Sanje so projekcija notranjega sveta in odsev zunanjega. Vsak košček sanj lahko predstavlja vidik sanjalca, ki je hkrati pisec, igravec, ustvarjalec pesnitve, kjer dele kreativno tvori v umetniško celoto. Izražajo se preko simbolov, ki v sebi integrirajo sporočila sedanjosti, preteklosti in prihodnosti, tudi onkraj zavednega. Nekateri od njih so odraz realnih življenjskih okoliščin in odnosov, drugi notranjih vzgibov, želja, potreb, fantazij, neodgovorjenih dilem, vprašanj, skrbi in morebitnih konfliktov. Kar v življenju ne (z)moremo nasloviti jasno in direktno s pomočjo besed, se v snu zrcali skozi simbolni jezik čustev, pojmov, podob, metafor, pokraj in svetov kolektivno nezavednega. Simboli so po Jungu »nekaj nejasnega, neznanega in skritega«. Njihov pomen je lahko kompleksen, večplasten, odvisen je od sanjalca in konteksta. Odgovor, zakaj sanjalec izbere simbole prav v tem trenutku, najdemo šele skozi raziskovanje, kjer so drugi lahko pomemben vir informacij. Raziskovanje sanj bogati spoznanja o nas samih, o skupnosti in odnosih. Vsak element sanj ima v geštaltu enakovreden potencial učenja. Sanje drugega so lahko tudi zgodba o meni, o nas, zato pričevati sanjam drugega predstavlja zakladnico učenja in rasti.

Pogovor o sanjah je med ljudmi močno potihnil. Na delavnici jim bomo dali prostor, da se izrazijo. Potopili se bomo v sanjalčevo pripoved in izrazno umetnostno upodobitev. A. G. Bar pravi, da je prav umetnost »direktna pot v nezavedno«. Prepustili se bomo odkrivanju neznanega in dopustili, da prav tebi sanje spregovorijo o tebi. Samorazkrivanje tako postane ključ samoodkrivanja, védenja in zavedanja. Smo del celote, kjer je vsak od nas lahko pomemben sel Selfa.

Julija Pelc, geštalt psihoterapevtka, EAGT, EAP, gestalt izkustvena družinska terapevtka, psihoterapevtka Core Evolution, certificirana psihologinja EuroPsy, izvajalka supervizij, Sloges

Psihologinja Julija Pelc je zaključila specializacijo iz klinično psihološkega svetovanja in geštalt izkustvene družinske terapije ter pridobila naziv geštalt psihoterapevtka, EAGT, EAP, zaključila pa je tudi šolanje iz psihoterapije Core Evolution. Znanje pogloblja v superviziji, ekspresivno umetnostni terapiji in globinski obravnavi travm. Je dolgoletna izvajalka supervizij strokovnim delavcem na različnih delovnih področjih in bodočim psihoterapevtom. Ima delovne izkušnje v izobraževanju in zdravstvu, socialnem varstvu, prometu itd. Pri delu se srečuje s posamezniki in družinami, ki se soočajo z zahtevnimi, tudi travmatskimi izkušnjami. Vodi strokovni svet pri Društvu psihologov Slovenije, aktivna je v Psihosocialni svetovalnici za študentke in študente ter zaposlene na Univerzi v Ljubljani. Sodeluje pri usposabljanju bodočih psihoterapevtov na Fakulteti Sigmunda Freuda v Ljubljani in na Inštitutu za družinsko terapijo ter širše. Deluje kot prostovoljka (RK Ljubljana, Samaritan, DPS), je inštruktorica prve psihosocialne pomoči v primeru različnih kriznih dogodkov. Svoje delo dejavno predstavlja na mednarodnih konferencah in posvetih, vodi seminarje in objavlja prispevke.

4. Roman Koštal

Dnevno časopisje – nova metafora za obup ali medij za kreativno spoprijemanje z aktualno življenjsko situacijo posameznika/-ce?

DELAVNICA

Z osredotočenjem na dihanje bomo prišli v stik s sabo ter aktualnimi življenjskimi situacijami (vsak s svojo).

KLJUČNE BESEDE:

dihanje, vizualizacija, aktualna življenjska situacija posameznika/-ce, (kreativni) medij, spoprijemalne strategije, kokreativni proces posameznika/-ce in skupine

V kreativnem procesu bomo naše aktualne življenjske situacije izrazili in prikazali s pomočjo medija. Osredotočili se bomo na fenomenološki vidik kreacij ter se z dobronamerno radovednostjo podali na pot spoznavanja ozadij nastalih kreacij (misli, predstave, občutki, čustva, spoprijemalno vedenje) – sprva z delom v parih ali manjših skupinah, prostor pa bomo namenili tudi prikazu individualnega dela pred skupino (terapevtska vinjeta).

mag. Roman Koštal, univ. dipl. soc. ped., psihoterapevt, SDP, EDP, Integrativna psihoterapija (H. Petzold), Slovensko društvo za integrativno psihoterapijo

Mag. Roman Koštal je dodiplomski in magistrski študij končal na Pedagoški fakulteti v Ljubljani, smer socialna pedagogika. Profesionalne izkušnje je razvijal skozi delovanje v šolski svetovalni službi, kot asistent in mladi raziskovalec na oddelku za socialno pedagogiko, skozi šestnajstletno delo z ljudmi, ki so imeli težave z različnimi oblikami zasvojenosti in njihovimi svojci, ter splošno psihoterapevtsko prakso s posamezniki in skupinami.

Opravil je specialistični študij integrativne psihoterapije (EAG-FPI), je nosilec slovenske in evropske diplome iz psihoterapije in zdaj deluje v okviru zasebne psihoterapevtske prakse. Ob tem izvaja predavanja in delavnice s področja duševnega zdravja, zasvojenosti ter holistično-integrativne psihoterapije.

5. Ksenija Centa

Zajadrajmo skupaj

DELAVNICA

V delavnici bodo udeleženci spoznavali in prepoznali prepričanja v ozadju pozicij žrtve, preganjalca in reševalca Karpmanovega trikotnika ter se seznanili z alternativnimi prepričanji Teorije izbire oziroma prepričanji notranjega nadzora, s pomočjo katerih lahko posameznik iz teh pozicij izstopi in prevzame nadzor v svoji vlogi akterja. Na osnovi prvoosebne izkušnje bodo udeleženci lahko preverjali vrednost in pomen metafor pri vzpostavljanju ravnovesja v različnih življenjskih okoliščinah. Udeleženci so vabljeni tudi k izmenjavi metafor, ki jih uporabljajo pri svojem delu.

Ksenija Centa, univ. dipl. psihologinja, realitetna terapija, psihoterapevtka realitetne terapije, nosilka Evropske diplome iz psihoterapije, Društvo za realitetno terapijo Slovenije, Društvo psihologov Slovenije

Ksenija Centa je psihologinja in psihoterapevtka s 30-letnimi delovnimi izkušnjami na različnih področjih. Od 2003 do 2020 je bila zaposlena v Zdravstvenem domu Celje kot psihologinja na Dispanzerju za mentalno zdravje otrok in mladostnikov, nekaj let vzporedno v Centru za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog; nekaj let je sodelovala z NIJZ kot prostovoljka spletna svetovalka mladim na www.tosemjaz.net, nato je nudila psihološko pomoč odraslim v psihološki svetovalnici Tu smo zate. Je soustanoviteljica Evropskega inštituta za realitetno terapijo, članica učiteljskega zbora, supervizorka in terapevtka za učno osebno izkušnjo. Od 2009 do 2020 je imela popoldansko zasebno psihoterapevtsko prakso, od 2021 pa v celoti deluje v zasebni praksi na področju psihodiagnostike in psihoterapije z različnimi klienti, individualno, s pari in družinami. Izvaja tudi supervizijska srečanja za učitelje šol, ki iščejo podporo v svoji poklicni vlogi v teh zahtevnih časih.

KLJUČNE BESEDE:

realitetna terapija, Teorija izbire, William Glasser, Karpmanov trikotnik, prepričanja Teorije izbire, prepričanja psihologije zunanjega nadzora, metafore kot bližnjica k uvidu in notranji moči

6. Maja Bajt Narava kot vir, narava kot metafora

DELAVNICA

KLJUČNE BESEDE:

narava,
naravni elementi,
čuječnost, vir

V delavnici se bom osredotočila na vrednost narave v procesu psihoterapije. V tem času se srečujemo s številnimi omejitvami notranjih prostorov in drugimi spremembami pri našem delu, poleg tega pa je v življenju nasploh smiselno obračanje k naravi. Narava in naravni elementi predstavljajo pomemben vir podpore v psihoterapiji: narava predstavlja pomembno podporno okolje (številni zdravilni učinki), nam pomaga, da pridemo v stik s telesom in notranjimi vsebinami, nam pomaga pri izražanju notranjih vsebin preko metafor, ki so na voljo v naravi, in predstavlja pomemben vir pri spoprijemanju s stresorji vsakdanjega življenja, regulaciji čustev itn. (Mauwese idr., 2021). Delavnica bo (če bo le mogoče) izvedena v naravnem okolju, kjer se bo odvijal kongres. Z udeleženci bomo skupaj raziskovali vrednost narave v psihoterapevtskem procesu preko čuječnosti (s poudarkom na naravnih elementih) in s kreativnimi tehnikami, predstavljenih pa bo tudi nekaj teoretičnih osnov dela v naravi in z njo ter naravnimi elementi.

mag. Maja Bajt, integrativna psihoterapija, univ. dipl. psih., mag. znanosti, specializantka integrativne psihoterapije, Sinta

Mag. Maja Bajt je univerzitetna diplomirana psihologinja, specializantka integrativne psihoterapije (IPSA) in učiteljica čuječnosti. Od leta 2018 deluje v zasebni psihoterapevtski praksi, kjer izvaja psihoterapijo in svetovanje z odraslimi, že od leta 2016 pa vodi delavnice in tečaje čuječnosti za splošno populacijo. Naravo in naravne elemente prepoznava kot enega izmed najpomembnejših virov podpore pa tudi pomemben način podpore za svoje kliente in udeležence tečajev čuječnosti.

18.30–20.30 Večerja

20.30–21.45 Literarni večer s pisateljem in pesnikom Ferijem Lainščkom Moderator: Zoltan Pap, psihoanalitični psihoterapevt

Feri Lainšček velja za enega najbolj priljubljenih slovenskih pisateljev in pesnikov. Za svoja umetniška dela je prejel številne nagrade, v letu 2021 pa tudi Prešernovo nagrado za življenjsko delo. Znan je tudi po tem, da so njegova literarna dela doživela največje število filmskih adaptacij; po njegovih romanih je bilo doslej posnetih že šest slovenskih filmov. Od samega začetka svoje umetniške poti ustvarja v Prekmurju, ki ga lahko upravičeno označimo za najbolj neugodno zaledje slovenske kulture in umetnosti. Ob koncu leta 2020 je pri založbi *Beletrina* izšel njegov trideseti roman *Kurji pastir*, ki je bil kmalu po svojem izidu tudi že razprodan. *Kurji pastir* je roman, v katerem je avtor doslej v največji meri uporabil spoznanja jungovske psihoanalize, kar je tudi glavni povod za pogovor s pisateljem, ki bo poslušalcem razkril premnoge podrobnosti iz zakulisja ustvarjanja priznanega slovenskega pisatelja.

8.00–8.30

Mateja Škorc
Prebujanje z zvokom

Na srečanju bomo s frekvencami zdravnih zvokov gonga, tibetanskih posod, kristalne posode in energetskih zvončkov poskrbeli za blagostanje telesa in duha. Udeleženci boste med delavnico ležali, zato bodite udobno oblečeni in prinesite ležalko, odejo in blazino za pod glavo.

Mateja Škorc, univerzitetna diplomirana psihologinja in transakcijsko analitična psihoterapevtka, učiteljica in supervizorka PTSTA-P

Mateja se več let izobražuje po metodi energetske resonančne terapije Ohmpunctuur. To je refleksna tehnika, ki združuje principe uporabe resonance zvoka v kombinaciji s psihologijo čaker in znanji s področja tradicionalne kitajske medicine.

8.30–9.30

Zajtrk

9.30–11.30

PLENARNO
PREDAVANJE**Lilija Varjačić Rajko**
Psihoanalitični pristop pri razumevanju sanj: izgradnja notranjega doma

Ob začetku prejšnjega stoletja je Freud izdal knjigo »Interpretacija sanj«, v kateri je dejal, da so sanje oz. njihovo tolmačenje kraljevska pot do razumevanja potlačenih nezavednih vsebin.

Vse od tlej se psihoanalitiki ukvarjamo tako z nezavednim kot tudi s tem, katere poti vodijo v odkrivanje nezavednega in kakšno vlogo ob tem igrajo sanje.

Podobno, kot je zavestno vedenje le vrh ledene gore, pod katero se skriva večji del nezavednih impulzov, so sanje le vidni del psihičnega procesa, ki se na nezavednem nivoju odvija ves čas in služi predelavi informacij, ki jih dobivamo od zunaj, ter notranjih doživljanj. Ta proces sanjanja se odvija tako ponoči kot tudi podnevi kot nezavedno mišljenje (Bion, 1963, Meltzer, 1983, Ogden, 1996).

Vstop v psihoterapevtsko obravnavo intenzificira sanjanje kot nezavedno mišljenje. Ključno vlogo pri tem igra odnos s psihoterapevtom – tistim, ki spremlja klientovo doživljanje, čustvovanje in razmišljanje in ga s svojo mentalno prisotnostjo spodbuja k osmišljanju sebe.

Ko se proces psihične predelave zažene med seanso, se kot verižna reakcija nadaljuje tudi med srečanji – pretežno preko sanjanja kot nezavednega mišljenja. Tako se intenzivira tudi nočno sanjanje in klienti postajajo bolj pozorni na svoje sanje, ki jih radi prinesejo v terapijo.

Obravnavo sanj preko odnosa s terapevtom je tako eden izmed možnih načinov poglobljanja v klientov psihični svet. Je košček sestavljanke, ki nas lahko preko klientovega prostega asociiranja ter analitikovega

osmišljanja doživljanja klienta pelje do postopnega vpogleda v analizantovo notranje življenje.

Posebno vlogo pri tem imajo sanje, v katerih se prostorsko odraža klientov notranji svet. Med obravnavo se prav te sanje lahko transformirajo. Ruševine hiš, temačni in hladni prostori, v katerih bivajo grozeča, bizarna bitja, se preoblikujejo v svetlejša in prostornejša hiša v izgradnji, ki jih naselijo bolj prijazne in dobronamerne osebe. Med obravnavo se psihoterapija kot prostor zase – za osmišljanje, čustvovanje in doživljanje sebe preko odnosa z drugim – ponotranji in se postopoma doživlja kot varen in sprejemajoč notranji dom.

Lilija Varjačić Rajko, univ. dipl. psih.,
psihoanalitična psihoterapevtka,
učna psihoanalitičarka in supervizorka

Lilija Varjačić Rajko je slovenska psihoanalitičarka IPA, po rodu iz Rusije. Študij psihologije ter podiplomski študij iz psihoanalitične psihoterapije je opravila v Moskvi, kjer je pred več kot dvajsetimi leti začela s psihoterapevtsko prakso. Izobraževanje iz psihoanalize po standardih IPA (Mednarodnega psihoanalitičnega združenja) je zaključila leta 2010 in nato postala članica Hrvaškega psihoanalitičnega društva, v katerem je učna psihoanalitičarka in supervizorka. Dela v Ljubljani v zasebni Psihoanalitični ordinaciji (www.psihoanalitik.si). Ima psihoanalitično in psihoterapevtsko prakso, je predavateljica ter vodja kliničnih skupin in supervizije. Soustanovila je Slovensko društvo za psihoanalitično psihoterapijo (SDPP), kjer je učna psihoterapevtka, supervizorka in aktualna predsednica Odbora za izobraževanje.

11.30–12.00 Odmor s kavo in čajem**12.00–14.00 Poti do sanj****SIMPOZIJ**

Na simpoziju bodo predstavljeni različni pristopi in načini raziskovanja sanj, fenomenološki pristop k raziskovanju sanj, psihoanalitični – jungovski, geštaltski in duhovno antropološki vidik. Predavatelji bodo delili svoje bogate izkušnje in odgovarjali na vprašanja.

Vodja simpozija

Asist. mag. Tatjana Verbnik Dobnikar,

univ. dipl. soc. ped.

Tatjana Verbnik Dobnikar je geštalt psihoterapevtka (EAGT, EAP, SDP) in supervizorka ter jungovska kovčinja (JCS, LQ). Končala je tudi šolanje iz psihoterapije s pomočjo umetnosti (CEAT), triletno izobraževanje iz analize sanj pri dr. Nastoviću, triletno izobraževanje iz Coreevolution – telesno in v čuječnost usmerjene psihoterapije pri dr. Sigmarju in Corneli Gerken.

Več kot 10 let je zunanja sodelavka, asistentka na oddelku za Socialno pedagogiko na Pedagoški fakulteti ter vodja geštalt pristopa in predavateljica

Gostje simpozija

Dr. Damjan Ristić, univ. dipl. splošni jezikoslovec, bibliotekar in filozof

Končal je študij splošnega jezikoslovja, bibliotekarstva ter filozofije. Nadaljnja pot ga je vodila v Zambijo, kjer je bil pol leta negovalec v bolnišnici, dve leti pa učitelj angleškega jezika in literature v fantovski srednji šoli Mukasa. Po Afriki je sledil študij teologije in pastoralne psihologije ter duhovnega spremljanja v Londonu. Ukvarja se z duhovnim spremstvom, vzgojo duhovnih spremljevalcev in bibličnimi skupinami. Po opravljeni probaciji v Dublinu se je leta 2013 vrnil v Slovenijo, končal doktorski študij na Teološki fakulteti v Ljubljani in nato postal socij provinciala.

Zdaj je ravnatelj Jezuitskega kolegija v Ljubljani. Predava na Teološki fakulteti in skrbi za mednarodno katoliško skupnost v Ljubljani (EML). Pogosto je gost v medijih in tudi sam objavlja podkast z biblično vsebino PismoUK.

Damjan od malega ljubi glasbo, v mlajših letih je tudi nastopal kot koncertni pevec klasične glasbe.

Asist. Sara Fabjan, dipl. psih., mag. kog. zn.

Je diplomirana psihologinja in magistrica kognitivne znanosti. Zaposlena je kot asistentka za področje psihologije na Fakulteti za vede o zdravju (Univerza na Primorskem). Trenutno obiskuje doktorski

na Univerzi Sigmunda Freuda v Ljubljani. Je predsednica Slovenskega društva za geštalt terapijo. Aktivna je tudi kot prostovoljka za prvo psihosocialno pomoč pri Rdečem križu.

Vodi zasebno svetovalnico, v kateri izvaja psihoterapijo za posameznike, pare in družine, dela tudi z otroki in mladostniki. Ima tridesetletne izkušnje iz šolskega polja.

Vodi skupino za raziskovanje sanj Sanjski krog.

študij psihologije. Že več let kot članica SiNAPSE (Slovenskega društva za nevroznanost) pomaga pri organizaciji Tedna možganov in drugih dogodkov skozi leto. Zanima jo raziskovanje doživljanja in psihoterapija, zato se izobražuje iz integrativne psihoterapije.

Tine Papič, jungovski psihoanalitik, učni terapevt in supervizor (IAAP Zürich), jungovski kovč (JCS, LQ)

Je mednarodno priznan jungovski učni psihoanalitik in supervizor (IAAP Zürich) ter jungovski kovč (JCS, LQ). Končal je tudi šolanje iz psihoterapije s pomočjo umetnosti (CEAT) ter dvoletni intenzivni program odličnostnega kovčinga v Salzburgu (Doing Consulting). Je predsednik Slovenskega združenja za analitično psihologijo, soustanovitelj študija in predavatelj analitične psihologije na Univerzi Sigmunda Freuda v Ljubljani. Je tudi član upravnega odbora mednarodnega gibanja »Analysis and Activism«, ki združuje analitike, ki jih zanimata tako teorija družbenih dogajanj kot aktivizem. Kot analitik deluje v zasebni praksi v Ljubljani na Odprtem inštitutu za psihoterapijo, katerega soustanovitelj je.

Aktiven je tudi kot mednarodni predavatelj, med vidnejšimi predavanji je kot gost v tujini predaval na Univerzi v Rimu v sklopu konference Analiza in aktivizem leta 2015, na evropski konferenci za analitično psihologijo v Trstu leta 2015 je predaval na temo raziskovanja sanj, na Svetovnem kongresu leta 2019 na

Univerzi na Dunaju ter leta 2020 na ameriški predse-
dniški konferenci, organizirani s strani Inštituta C. G.
Junga iz San Francisca. Kot soavtor je objavil več del v
tujini, najuglednejša publikacija na področju analitične
psihologije (*Journal of Analytical Psychology*) pa ga je

med prvimi povabila h komentiranju kliničnih primerov.
Leta 2021 je bil kot soavtor skupaj z vodilnimi analitiki z
vsega sveta povabljen k pisanju knjige o psihoterapiji
v času kovida, ki bo izšla pri založbi Routledge.

14.00–15.00 Kosilo

16.00–17.30

DELAVNICE

PREDAVANJE

KLJUČNE BESEDE:

delavnica,
simboli,
psihodrama

1. Tanja Stanković Psihodrama in njene kreativne tehnike

Definicija psihodrame je, da je to način življenja in
izražanja sebe brez strahu, da bi bili kaznovani za svoje
napake. Delovanje v psihodramski skupini naj bi bilo
način pogleda na samo življenje v akciji. Ponuja izku-
šnjo, kaj se je zgodilo in kaj se ni zgodilo v dani situaciji.
Vse scene se dogajajo v sedanjem času – »tukaj in zdaj«,
čeprav oseba odigrava izkušnje iz svoje preteklosti ali
nekaj, kar naj bi se zgodilo v prihodnosti. Člani skupine
doživijo del življenjske izkušnje skozi oči protagonista
(subjekta seanse). Odigrava se osebna izkušnja res-
nice posameznika, ki lahko pripomore k uvidu člana
skupine, ki opazuje in ki lahko prepozna sebe ali dele
sebe, svoje resnice v vlogi na odru. Psihodramo je izumil
J. L. Moreno na Dunaju v zgodnjih letih 20. stoletja
in jo opisal kot »znanstveno raziskovanje resnice na
dramski način«. Srečanje dveh: iz oči v oči, obraz z obrazom
v obraz, in ko si bova tako blizu, ti bom iztaknil oči in si
jih namestil namesto svojih, in ti jih boš iztaknil meni
in si jih namestil namesto svojih. Nato te bom gledal s
tvojimi očmi in ti boš mene gledal z mojimi.

Moreno je opazil, da doslej ni bilo znanosti brez vere in
religije brez znanosti. Menil je, da je vizija prihodnosti

2. Tatjana Verbnik Dobnikar Naj ti telo razloži sanje

DELAVNICA

KLJUČNE BESEDE:

sanje, telo

V izkustveni delavnici bom predstavila način dela s
sanjami, kot ga je razvil Eugene T. Gendlin, znan tudi
kot avtor fokusinga, ki na sanje gleda kot na nevrobi-
ološko sporočilo, ki prihaja iz telesa.

Metoda ni vezana na nobeno teorijo ali sistem pre-
pričanj. Ima dve stopnji. Na prvi se sanjalec zave, kaj
mu sanje sporočajo, na drugi pa prepozna, kaj sanje
prinašajo novega za njegov osebni razvoj in rast. Pri
interpretaciji sanj se pogosto vrtimo v krogu že zna-
nega, saj si sanje razlagamo skozi iste poglede in filtre,
kakor si tudi sicer razlagamo sebe in svet.

Pri tem načinu razumevanja in dela s sanjami se s sanjal-
cem bolj kot k asociacijam in razlagam simboličnega
pomena sanj usmerimo k raziskovanju, kako se te

v združitvi teh dveh pojmov. »Resnični terapevtski
proces ne more biti manj objektivni kot celotno člo-
veštvo,« pravi. Vsak član skupine je lahko terapevtsko
sredstvo drugim članom skupine. Izkušnja biti razu-
mljen, čustveno in fizično pripadati skupini je lahko
izkušnja, ki je v svoji življenjski zgodbi posameznik še
ni izkusil, in je lahko zdravilna sama po sebi.

Tanja Stanković, dipl. soc. del., psihodramska psiho-
erapevtka EAP, praktičarka TA in art terapije, članica
Slovenskega društva za psihodramo

Diplomirala je na Fakulteti za socialno delo v Ljubljani
(2005). Izobraževala se je iz transakcijske analize pri
Zoranu Milivojeviću. Opravila je strokovni izpit iz social-
nega varstva (2008). Svoje psihoterapevtske veščine je
brusila v izobraževanju iz psihodrame v Beogradu pri dr.
Lidiji Vasilijević in dr. Dušanu Potkonjaku, v Zagrebu pri
dr. Vladimirju Miloševiću in v Ljubljani. Je psihodramska
psihoterapevtka z Evropskim certifikatom iz psihote-
rapije. Veščin pristopa dela in pomoči z umetnostjo
se je učila tudi pri dr. Aviju Goren-Baru in pridobila
cetrifikat CEATH.

izražajo in razkrivajo skozi raziskovanje telesnih odzivov,
občutenja in sprememb v telesu. V ta namen sanjalec
pri delu s sanjami zavzema tudi različne telesne polo-
žaje, geste, držo. Z ostajanjem v določenem teles-
nem občutju dovoli, da se skozi telesni občutek pojavi
pomen. Pogosto se zgodi, da sanjalec sanj sploh ne
razume in se počuti zmedenega. Z ohranjanjem stika
s telesnimi občutki pa se v telesu zgodi sprememba,
ki jo zazna kot nekakšen energetski premik, in zave
se, preprosto ve, kaj je pomen, sporočilo sanj, in ga
lahko poveže s svojim življenjem. Pokažejo in odprejo
se manj znani ali zanikani deli sebe, da bi jih ozavestil,
transformiral in integriral.

Vsak element v sanjah je del sanjalca. Pozornost
usmerjamo tako na doživljanje tu in zdaj, ko sanje

pripoveduje, kot tudi na telesne občutke (felt sense), ko se znova poveže s podobami iz sanj.

asist. mag. Tatjana Verbnik Dobnikar, geštalt psihoterapevtka, znanstveni magisterij, supervizorka, članica Sloges

Tatjana Verbnik Dobnikar je geštalt psihoterapevtka, terapevtka isupervizorka ter predsednica društva Sloges. Kot zunanja sodelavka predava na Pedagoški fakulteti in Fakulteti za psihoterapevtsko znanost Sigmunda Freuda v Ljubljani.

Delo s sanjami je njena velika ljubezen. Na tem področju se vključuje v različne skupine v tujini za raziskovanje

sanj (Dream studies). Zaključila je triletno usposabljanje pri dr. Ivanu Nastoviću (Analiza sanj po Jungu, Szondi in Freudu). Delala je s Cornelio Gerken znotraj treninga Corevolution in Core Soma, ki je telesno in čuječe usmerjen način psihoterapevtskega dela, kar je obogatilo njeno delo s sanjami z usmerjanjem na telesne odzive in energetske spremembe v telesu. Zanima se za šamanske in druge duhovne metode dela s sanjami.

Pred epidemijo je vodila skupino raziskovanja sanj Sanjski krog, v kateri so raziskovalno delali s sanjami z uporabo arta, različnih kreativnih medijev, psihodrame, mandalami in telesom.

3. Ajda Perme

Sanje, metafore in kreativni mediji v likovni psihoterapiji

DELAVNICA

KLJUČNE BESEDE:

likovna terapija,
ustvarjanje

Likovna psihoterapija je samostojna psihoterapevtska modaliteta, katere sestavni del so sanje, metafore in kreativni mediji. Ti v likovni psihoterapiji podpirajo refleksijo, uvid in učenje. Z njimi ustvarimo povezavo med preteklimi izkušnjami, sedanjostjo in »sanjami« prihodnosti. V likovni psihoterapiji pomagamo ljudem ohranjati, izboljšati in krepiti duševno zdravje ter dobro počutje. Likovni psihoterapevt nudi ljudem varno okolje, v katerem lahko preko likovnega ustvarjanja raziskujejo, razvijajo razumevanje, izboljšajo odnos do sebe in drugih ter izrazijo osebne izkušnje, ki jih težko ubesedijo. Ustvarjanje v likovni psihoterapiji nudi posamezniku varen način izraza, komunikacije in doživljanja čustev. Raziskave potrjujejo, da likovna psihoterapija pri ljudeh veča ustvarjalnost in odpornost na stres, izboljša sposobnost koncentracije, zmanjšuje občutek odtujenosti, veča samozavest in samozavedanje. Ustvarjalnost v likovni psihoterapiji pa predstavlja tudi pomemben zaščitni dejavnik pri soočanju z življenjskimi težavami in travmami ter pri otrocih uspešno podpira in spodbuja socialni, kognitivni in čustveni razvoj.

Ajda Perme, likovna psihoterapija, Master of Science in Art Psychotherapy (MSc AT), likovna terapevtka

Ajda je kvalificirana likovna terapevtka z mednarodnimi klinično likovno terapevtskimi izkušnjami s skupinskim in individualnim delom na področju duševnega zdravja odraslih in mladostnikov, osnovnega in srednjega šolstva, socialnega varstva pri delu z družinami v stiski in prostovoljstva pri delu s slepimi in slabovidnimi. Ajda je magistrirala iz likovne psihoterapije na Queen Margaret University na Škotskem in diplomirala na Akademiji za likovno umetnost in oblikovanje v Ljubljani. Registrirana je pri Britanskem združenju likovnih terapevtov, je podpredsednica Slovenskega združenja likovnih terapevtov, članica Slovenskega društva za skupinsko analizo in članica Evropske zveze za likovno terapijo. Ima certifikat iz senzorno-motorične likovne terapije in je v procesu izobraževanja iz klinične supervizije v Angliji. Ajda supervizira likovne terapevte in druge psihoterapevte, ki jih zanima kreativen proces v terapiji. Verjame v učinkovitost likovne terapije pri spodbujanju kognitivnega in čustvenega razvoja, pri zniževanju stresa, pri izboljšanju odnosov in pri zmanjšanju destruktivnih vedenj pri odraslih in otrocih.

4. Aleksandra Schuller Iz take smo snovi kot sanje: izvori in specifike umetnostnih terapij

PREDAVANJE Z IZKUSTVENIM DELOM

KLJUČNE BESEDE:
umetnostne terapije,
kreativni mediji in
metafore v psihoterapiji,
analitična psihologija,
aktivna imaginacija,
na umetniški praksi
temelječe raziskovanje

Pojem *umetnostne terapije* je krovna oznaka za več samostojnih psihoterapevtskih modalitet: za *likovno* in *plesno-gibalno psihoterapijo*, *glasbeno* in *dramsko terapijo* ter *integrativno/intermodalno umetnostno terapijo*. Vse vrste umetnostnih terapij sodijo med t. i. utelešene/udejanjene psihoterapevtske pristope: družijo jih 1. osredotočenost na terapevtsko in estetsko razsežnost ustvarjalnega procesa, 2. delo z umetnostnimi mediji ter 3. za to področje značilno delo z gibalnimi, vizualnimi, zvočnimi, jezikovnimi in multimodalnimi metaforami.

Izmed vseh psihoterapevtskih modalitet so prav umetnostne terapije tiste, ki so najbolj podobne sanjam, če slednje razumemo kot neposredni ustvarjalni izraz nezavednega in simbolni proces, katerega zgodbe se tkejo in razbirajo s pomočjo raziskovanja metafor kot »sanjske tvarine«.

Pri odkrivanju izvorov umetnostnih terapij se jasno izriše njihova neposredna navezava na (samo)raziskovanje začetnika *analitične psihologije* Carla Gustava Junga in njegovo tehniko *aktivna imaginacija*. O tem bo govora v uvodu prispevka, sledil bo oris značilnosti

in razvoja UT, predstavljeni bodo za UT specifični aktivni faktorji psihoterapevtskega procesa in tudi za UT značilni supervizijski pristopi. Predavanje bo sklenil izkustveni del, v katerem bodo udeleženci povabljeni v proces ustvarjalne refleksije v različnih izraznih/umetnostnih medijih.

Aleksandra Schuller, dr. literarnih ved, mag. pomoči z umetnostjo, registrirana plesno-gibalna psihoterapevtka (ZPGPS/EADMT), IAAP Router pri Mednarodni zvezi za analitično psihologijo (SZAP/IAAP)

Aleksandra Schuller je specializirana za integrativno umetnostno terapijo, plesno-gibalno terapevtski pristop Avtentično gibanje in za supervizijski pristop Ustvarjalna supervizija. V zasebni praksi se osredotoča na individualno in skupinsko umetnostnoterapevtsko delo z odraslimi, jungovsko analizo in supervizijo; v pedagoškem delu na Oddelku za antropologijo in kulturne študije UP FHŠ ter na drugih visokošolskih ustanovah v Sloveniji in tujini pa na povezave med uprizoritvenimi študiji, umetnostnimi terapijami, analitično psihologijo in na umetniški praksi temelječim raziskovanjem.

5. Tanja Šraj Lebar in Barbara Repinc Zupančič OH-karte – dežela kreativnosti in spontanosti

DELAVNICA

KLJUČNE BESEDE:
kreativnost,
soustvarjalnost,
komunikacija,
nezavedni procesi,
delo in zabava

OH-karte se uporabljajo v otroški in mladostniški in v terapiji odraslih klientov, družin, parov. Pogosto zaidejo tudi v svetovanje, kovčing, izobraževanje ter supervizijo. Namenjene so razvijanju kreativnosti, komunikacije in drugih socialnih veščin. Psihoterapevti preko njih lažje dostopajo do nezavednih vsebin, ki jih prinašajo njihovi klienti. Poleg tega so lahko dobra priložnost, da se vadijo dela v tišini, opazovanja in sprejemanja ter da izstopajo iz svojih predvidevanj in pustijo prostor za raziskovanje fenomenološkega sveta klienta.

OH-karte:

- na kreativen način spodbujajo osebno rast,
- nas povezujejo z nami samimi ter drugimi,
- z njimi se lahko dotaknemo našega zavednega, nezavednega ter arhetipov,
- so križišče med igro in knjigo,
- namenjene so mladim in starim v različnih skupinah – družinam, razredom, posameznikom s težavami, poslovnim timom,
- so soustvarjalne karte, namenjene izboljšanju komunikacije, spodbujanju izražanja in domišljije z različnimi interpretacijami,
- razširjajo našo sposobnost poslušanja in odziva,
- v igrah z OH-kartami izmenjujemo občutke, fantazije in ideje v okviru, ki ščiti zasebnost in ranljivost.

V delavnici se bodo udeleženci preko vaj seznanili z nekaterimi osnovnimi kompleti kart (OH, Resilio,

Cope, Persona, TanDoo). Povabljeni bodo, da se preko njih povežejo bodisi s svojimi osebnimi vsebinami ali vsebinami, ki so povezane z njihovim profesionalnim življenjem.

asist. dr. Tanja Šraj Lebar, univ. dipl. psih., integrativna psihoterapevtka, specializirana za delo z otroki in mladostniki, specializantka supervizije, članica Društva Sinta in združenja EIATSCYP

Tanja Šraj Lebar je doktorica psihologije, ki se je dodatno izobrazila še na področju integrativne (relacijske) psihoterapije in psihoterapije otrok in mladostnikov ter se udeležila izobraževanja s področja supervizije. Je asistentka na Oddelku za psihologijo v Ljubljani, katedri za klinično psihologijo in psihoterapijo. Od ustanovitve Društva Metulj – centra za pomoč otrokom, mladostnikom in odraslim v stiski je predsednica, vrsto let vodi psihoterapije za otroke, mladostnike in odrasle, v zadnjih letih pa nudi tudi supervizije strokovnjakom, ki delajo na področju svetovanja in psihoterapije. Društvo ima svoje širše poslanstvo, ki zajema izobraževanje strokovnjakov in razvoj pripomočkov za delo, tako so prevzeli zastopništvo za OH-karte, ki jih predstavljajo na študijskih dneh. Tanja je aktivna članica Društva Sinta in Zveze EIATSCYP – Evropskega interdisciplinarnega združenja za terapevtske dejavnosti za otroke in mladostnike. V EIATSCYP je tudi koordinatorica s področja etike.

Barbara Repinc Zupančič, univ. dipl. pedag. in soc. kult., certificirana transakcijska analitičarka, smer psihoterapija, certificirana integrativna supervizorka in supervizorka transakcijske analize (smer psihoterapija), članica društev Sinta in Sloventa

Barbara izvaja psihoterapijo za mladostnike in odrasle ter je gostujoča učiteljica in supervizorka psihoterapije

v Sloveniji, VB, Indiji in na Hrvaškem. Nudi individualno in skupinsko supervizijo v različnih delovnih okoljih. Pridobila je diplomo iz integrativne supervizije ter mednarodni naziv supervizorke transakcijske analize. Njeno delo sloni na prepričanju, da je supervizija relacijski proces, kjer lahko reflektiramo in se učimo skupaj. Že več let pri svojem delu uporablja in razvija različne kreativne pristope (kolaž, risanje, peskovnik, igrače ...).

20.00–23.00

**Skupna večerja
Podelitev diplom in koncert skupine Ladybugz**

Ladybugz sestavljajo Nastja Vodenik, Katja Kovačič in Ana Marčun. Izvajajo popularno glasbo različnih žanrov, ki jo zapakirajo v ritme svinga, džeza in bugivugija ter vas nostalgичno popeljejo v štirideseta leta prejšnjega stoletja. Vse tri so že od malih nog povezane z glasbo in so članice različnih glasbenih zasedb. Njihove poti so se združile v skupini Perpetuum Jazzile, katere aktivne članice so že vrsto let (kdo bi štel), predstavljajo

pa se tudi v solističnih vlogah. Prav tako jim ni tuje petje spremljevalnih vokalov; zadnja tri leta so vse tri tudi članice skupine Sam's fever, dve leti zaporedoma pa so v mestu Bad Nauheim v Nemčiji pele podporne vokale tudi znameniti Darlene Love.

23.00 Plesni večer z DJ-jem

8.00–8.30

Mateja Škorc
Prebujanje z zvokom

Na srečanju bomo s frekvencami zdravnih zvokov gonga, tibetanskih posod, kristalne posode in energetskih zvončkov poskrbeli za blagostanje telesa in duha. Udeleženci boste med delavnico ležali, zato bodite udobno oblečeni in prinesite ležalko, odejo in blazino za pod glavo.

Mateja Škorc, univerzitetna diplomirana psihologinja in transakcijsko analitična psihoterapevtka, učiteljica in supervizorka PTSTA-P

Mateja se več let izobražuje po metodi energetske resonančne terapije Ohmpunctuur. To je refleksna tehnika, ki združuje principe uporabe resonance zvoka v kombinaciji s psihologijo čaker in znanji s področja tradicionalne kitajske medicine.

8.30–9.30

Zajtrk

9.30–11.30

PLENARNO
PREDAVANJE**Doc. dr. Lea Šugman Bohinc**
Metafora, zgodba in naracija v narativnih terapevtskih pristopih – izziv in priložnost za osebne in družbene spremembe

Metafore, zgodbe in naracije živijo v psihoterapiji vse od njenih začetkov, čeprav sta njihovo pojmovanje in način uporabe odvisna od posameznega pristopa. Postmoderni narativni pristopi so v svoje pojmovno in metodično jedro postavili metaforo, naracijo, (so) avtorstvo, dominantno in alternativno zgodbo idr. in me v hipu osvojili. Utemeljeni so na paradigmi socialnega konstrukcionizma in predpostavkah, da: 1) ljudje individualno in družbeno gradimo svojo resničnost; 2) v tem procesu pomembno vlogo igra jezik in moč poimenovati stvari (na način dominantnih javnih nariacij, ki nam jih kapitalske elite posredujejo prek medijev in institucij in jih osvajamo v socialnih izmenjavah); 3) svoje izkušnje in identiteto organiziramo na način avtorske pripovedi oziroma zgodbe (v terapevtskem kontekstu se srečujemo z zgodbami, zasičenimi s problemi, z nemočjo, obupom, trpljenjem idr.), ki so v večji ali manjši meri naše ponotranjene družinske, skupnostne in širše družbene naracije; 4) predpostavko univerzalne, dekontekstualizirane, objektivne Resnice nadomeščamo s konceptom edinstvene, lokalne, kontekstualizirane vednosti.

Pionirja narativnih pristopov, Michael White in David Epston, sta svoje sodelovanje z ljudmi ustvarjala s kritično občutljivostjo za zatiralne učinke makronaracij današnjega časa, prek katerih si ljudje prizadevamo urezati svojo socialno, duševno in telesno podobo, da bi uresničevali aktualne ideale normalnosti. Taki so, denimo, standardi osebno rastoče in izpopolnjene, notranje in navzven integrirane, pristne in »resnične«, spontane, diferencirane, neodvisne, odgovorne, zdrave in tudi po videzu večno mlade osebe.

Med osrednje namene narativnih praks spadata zlasti: 1) decentralizacija glasu pomagajočega in vpliva tradicionalnega terapevtskega diskurza, tako da v središče sodelovanja postavimo glas naših sogovornikov (njihovo življenjsko vednost, preživitvene spretnosti); 2) zaveza razvijati nenormativne terapevtske prakse, v katerih ne krepimo in ne reproduciramo življenjskih oblik, ki jih ceni prevladujoča družbena kultura – ne brez njihove kritične refleksije in ne brez priložnosti, da v spodbudnem, varnem terapevtskem odnosu ljudje na novo napišejo (zaživijo) zgodbo, ki jim je ljubša od njihove aktualne, prežete s težavami.

V svojem predavanju bom razgrnila zemljevid nekaterih narativnih praks, namenjenih ustvarjanju takega spodbudnega odnosnega okolja: eksternalizirajoči raziskovalni pogovori; potovanje po dvojni pokrajini naracije; pogovori spominjanja, povezovanja in včlanjanja; reflektirajoči timi z zunanjimi pričevalci; pogovori, ki pripravljajo teren za prehod od stare k novi, alternativni zgodbi.

doc. dr. Lea Šugman Bohinc, univ. dipl. psih., sistemska psihoterapevtka z EAP, učiteljica in supervizorka sistemske psihoterapije

Doc. dr. Lea Šugman Bohinc je docentka na Fakulteti za socialno delo Univerze v Ljubljani in na Fakulteti za psihoterapevtsko znanost Univerze Sigmunda Freuda Dunaj – podružnica Ljubljana. Njena glavna raziskovalna in strokovna zanimanja vključujejo epistemologijo podpore in pomoči, postmoderne sodelovalne, narativne in k rešitvi usmerjene pristope in transdisciplinarnosti o kompleksnosti. Je avtorica in soavtorica nekaj znanstvenih in strokovnih monografij

ter vrste znanstvenih člankov, redno sodeluje na znanstvenih dogodkih in prispeva k razvoju psihosocialne podpore in pomoči v domeni več pomagajočih poklicev – socialnega dela, psihoterapije, šolskega svetovalnega dela. Veliko pozornosti posveča pedagoškemu delu z bodočimi strokovnjaki in strokovnjakinjami na področjih prakse in supervizije podpore in pomoči.

Za ta namen razvija inovativne oblike soustvarjalnega poučevanja in učenja. V slovenski prostor poklicev pomoči je vnesla nekaj novih perspektiv in delovnih pristopov, med drugim se intenzivno posveča proučevanju, poučevanju in izvajanju narativnih pristopov k soustvarjalnemu, na krepitvi moči utemeljenemu sodelovanju s posamezniki, družinami in skupnostmi.

11.30–12.00 Odmor s kavo in čajem

12.00–13.30 Duševno zdravje in psihoterapija v času globalnih družbenih sprememb

OKROGLA MIZA

Zadnji dve leti se na globalni ravni soočamo z izrednimi in kriznimi razmerami, povezanimi z boleznijo covid-19 in vladnimi ukrepi, ki naj bi epidemijo kovidne bolezni omejevali in jo poskušali zaustaviti.

Krizne razmere kot s povečevalnim steklom pokažejo različne plati družbe, v kateri živimo, in še posebej izpostavijo tiste pomanjkljivosti, ki so do krize privedle. Ob tem smo psihoterapevti soočeni s poglobljenimi duševnimi stiskami, ki izhajajo iz strahu, osamljenosti, žalovanja, negotovosti in nemoči. Naraščajoči stres poškoduje premnoge odnose, potiska ljudi v odvisnosti

in poškodovano vedenje. Nedvomno je kovidna kriza kolektivna travmatska izkušnja.

Hkrati pa je to tudi čas za spremembe tako na družbeni kot tudi na osebni ravni. Dobro vemo, kaj ne deluje, in vredno se je potruditi in zbrati pogum za spreminjanje tega. V tem času imamo še posebej priložnost, da ponovno prevrednotimo svoje odnose, svoje delo in svojo bivanjsko držo. Čuječe opazovanje notranjega doživljanja nam omogoča izkušnjo, na podlagi katere se lahko bolje naravnamo na polno in odgovorno življenje.

Moderatorica okrogle mize

Dr. Romana Kress, univ. dipl. psih., psihoterapevtka (EUROTAS, EAP), supervizorka

Romana je psihoterapevtka in supervizorka z večdesetletnimi izkušnjami. Leta 1986 je diplomirala iz psihologije na Filozofski fakulteti v Ljubljani. Nadaljnja izobraževalna pot jo je zanesla v Anglijo, kjer se je na *Centre for Transpersonal Psychology* izobrazila iz transpersonalne psihoterapije in leta 2004 diplomirala

ter pridobila članstvo v UKCP. Od vrnitve v Slovenijo leta 2005 deluje kot psihoterapevtka in supervizorka v zasebni praksi. Zavezana je kontinuiranemu usposabljanju na različnih področjih psihoterapije in leta 2014 je doktorirala na SFU Dunaj z naslovom *Changing the sense of self through ritual: Psycho-ritual as a psychotherapeutic intervention*. Je trenutna predsednica SKZP.

Gostje okrogle mize

Mag. Miran Možina, doktor medicine, specialist psihiater, psihoterapevt in supervizor

Od leta 1986 do 1992 je delal kot psihiater v psihiatrični bolnici Vojnik pri Celju, nato pa je svojo delovno pot nadaljeval v svoji zasebni psihoterapevtski praksi v Ljubljani, kjer je delal do 1997. leta. V letih od 1994 do 2008 je delal kot asistent na Fakulteti za socialno delo v Ljubljani, od 1983 do 2006 pa vodil razne dobrodelne projekte psihosocialne pomoči za otroke, mladostnike, njihove družine in za uporabnike psihiatrije v Društvu ODMEV. Leta 2003 je prejel Evropsko diplomu iz psihoterapije (EDP) Evropskega združenja za psihoterapijo (EAP). Od leta 2008 do septembra 2013 je bil direktor Slovenskega inštituta za psihoterapijo, od leta 2013 pa je direktor ljubljanske podružnice Univerze

Sigmunda Freuda. Tam je tudi predavatelj, supervizor, učni terapevt, vodja izobraževanja iz sistemske psihoterapije in strokovni vodja psihoterapevtske ambulante za otroke in mladostnike. Je tudi gostujoči predavatelj na matici Univerze Sigmunda Freuda na Dunaju. Od leta 1998 do 2006 je bil podpredsednik Slovenske krovne zveze za psihoterapijo (SKZP), nato do 2009 njen predsednik. Od leta 2007 je ustanovitelj in odgovorni urednik Slovenske revije za psihoterapijo *Kairos*. Leta 2007 je dobil zlato priznanje SKZP za razvoj psihoterapije. Od leta 2004 vodi prizadevanja za normativno ureditev psihoterapije v Sloveniji, ki bi psihoterapijo uveljavila kot samostojni poklic in avtonomno akademsko disciplino.

Dr. David Gosar, univ. dipl. psih., spec. klin. psih.

David je kot klinični psiholog zaposlen na Kliničnem oddelku za otroško, mladostniško in razvojno nevrologijo. Njegovi raziskovalni interesi so povezani z njegovim kliničnim delom in vključujejo področja razvojne nevropsihologije in nevroznanosti ter so povezani z raziskovanjem nevrobioloških mehanizmov in bolezenskih dejavnikov, ki vplivajo na kognitivno, čustveno in socialno funkcioniranje otrok in mladostnikov z različnimi nevrološkimi, nevrorazvojnimi in disociativnimi motnjami. Poleg področja razvojne nevropsihologije zasleduje tudi svoje raziskovalne interese na področju psihometrije in e-psihologije. V sodelovanju s slovenskimi založniki psihodiagnostičnih sredstev redno sodeluje pri priredbi in razvoju pripomočkov za psihološko ocenjevanje ter prispeva k razvoju na tem področju kot član Komisije za psihodiagnostična sredstva pri Društvu psihologov Slovenije. Kot član delovne skupine za e-psihologijo pri Evropski federaciji psiholoških društev si poleg tega prizadeva za strokovno in etično utemeljeno vključevanje novosti na področju e-psihologije ter podatkovne znanosti v klinično prakso.

Biserka Ilin, dr. med., spec. psihiatrinja, pedopsihiatrinja, psihoterapevka

Biserka je po končanem študiju medicine sedem let delala v somatski medicini (splošna praksa, urgencia, pediatrija). Nato je specializirala psihiatrijo in se dodatno izobrazila iz pedopsihiatrije. V dispanzerju v Murski Soboti je v devetčlanskem strokovnem timu več kot 13 let vodila psihohigienski dispanzer za otroke in mladostnike. Hkrati je opravila študij dinamsko

usmerjene psihoterapije ter zaključila izpit in leta 2000 prejela naziv psihoterapevka (ZPS). Od leta 1993 je svojo edukacijo dopolnjevala s področja razvojno analitične psihoterapije, skupinske analitične terapije, KVT, EMDR in brainspottinga ter v Šoli psihoterapije težkih patologij pri dr. Joganu.

Zadnjih 10 let svojega profesionalnega življenja je delala v zasebni psihoterapevski ordinaciji v Ljubljani, pred dobrimi tremi leti pa se je upokojila.

Ksenja Kos, univ. dipl. ped. in prof. soc., psihoterapevka (CTA-P)

Ksenja se je po študiju na Filozofski fakulteti v Ljubljani izpopolnjevala na področju socialne in specialne pedagogike ter osvojila certifikate iz različnih metod dela na področju otrok s posebnimi potrebami. Je mednarodno certificirana psihoterapevka in mednarodna specializantka supervizorka. V zasebni psihoterapevski praksi opravlja psihoterapijo za odrasle, otroke in mladostnike. Uporablja metode in tehnike dela po principu integrativne transakcijsko analitične psihoterapije za odrasle in razvojno relacijske terapije za otroke in mladostnike, EMDR-ja, brainspottinga in emocionalno fokusirane partnerske in družinske psihoterapije. Supervizijo opravlja na *European Centre for Psychotherapeutic Studies (EAIP)* v Veliki Britaniji.

Kot predavateljica deluje tako doma kot tudi mednarodno na področju krepitev občutka lastne vrednosti, razvijanja odnosne kompetence, dela s čustveno ranljivimi otroki in dela s starši ter raziskuje področje samoregulacije v skupnosti.

13.30 Zaključek



Programski odbor:

dr. Ivana Kreft Hausmeister, predsednica
Melita Košak, Ursula Obreza, Jana Peršič, Ksenija Širnik

Organizacijski odbor:

Manuela Mežič, predsednica
Boris Bole, Damijana Pipan, Aleša Sicherl, Ksenija Zor

Dodatne informacije:

E: info@skzp.org
T: 041 572 443, Manuela Mežič

Priporočamo, da novosti o Študijskih dnevih še naprej spremljate na www.skzp.si in [FB/SKZP](https://www.facebook.com/skzp) ter [FB/Študijski dnevi SKZP](https://www.facebook.com/studijisdnevi).

Promocijski material:

V času Študijskih dnevov lahko predstavite svoj promocijski material. Za soglasje s strani SKZP in ceno pokličite na tel. št. 041 572 443 (Manuela Mežič).