



Vabilo predsednice Programskega odbora 1. Kongresa SKZP k aktivni udeležbi

Leto 2023 nam prinaša prvi Kongres Slovenske krovne zveze za psihoterapijo (SKZP), ki bo nadomestil dolgoletne Študijske dneve, ki so potekali od leta 2001. Letos kličemo po *skupnosti*. Družba, ki v neoliberalističnem duhu disciplinira posameznika v kapitalističnega sužnja, oblikuje okolje za individualizem, saj postavi skupnost zgolj za kuliso, ki služi namenu izkoriščanja. Naslov kongresa je *Partnerska in skupinska psihoterapija*. Posvetili se bomo umetnosti kreiranja vezi med ljudmi, da ozavestimo plesne korake naše (ne)povezanosti.

V partnerstvu toksični ples nepovezanosti zareže v rano osamljenosti in v strah pred zavrtnitvijo. Bolj ko stremimo k povezanosti s toksičnimi plesnimi gibi nevarne navezanosti, bolj kreiramo znano koreografijo nepovezanosti. Povezanost ... nepovezanost ... povezanost ... nepovezanost ... povezanost ... Kako polarizacijo združiti v eleganco medsebojno povezanih polaritet, ko približevanje in oddaljevanje dveh src oblikuje varen prostor za »midva« oz. »midve«? Za »mi skupaj«! Biti v dvoje osamljen boli. Biti v skupnosti osamljen razjeda lasten smisel. V jeziku transakcijske analize bi rekli, da potrebujemo le dobro dozo »stroukiranja«, pa dobimo vse, kar potrebujemo. Drug drugega vidimo, priznavamo in sprejemamo. Samo to? Tako malo, pa si tega ne damo. Kako globoko zareže otroška rana, ki skeli daleč v odraslost zaradi neuglašene glasbe Pomembnih.

Tukaj se lahko odpre veliko tem za delavnice in predavanja – strah pred bližino, nevarna navezanost, strah pred zapustitvijo, zavrnitev, globoke travme idr. Zelo pomembno je zavedanje, kajti samo ozaveščen posameznik je lahko odrasel sogovornik v tem, kar je. Ker lahko izstopa iz avtomatizma vzorcev – obrambnih mehanizmov, sprejema svojo ranljivost in odpira prostor za srečanje dveh ali več pristnih oseb. Kajti zavedanje je tudi samopopravljanje, s pomočjo katerega se lahko premaknemo iz preživelih, v aktualni situaciji neuporabnih prilagoditev.

Transgeneracijski prenos tega zvoka odmeva v nadaljnje generacije. Uglašenosť med partnerjema ustvari podporno okolje za razvoj naših otrok. Gremo v smer

graditve varne skupnosti, ki je najpomembnejši varovalni dejavnik za duševno zdravje posameznika.

Umberto Galimberti pravi: »Kadar ne gre samo za nelagodje zgolj posameznika, temveč je posameznik samo žrtev vsesplošnega pomanjkanja obredov in načrtov, če ne že smisla in čustvenih vezi, kot se dogaja v naši kulturi, je samoumevno, da sta neukinkoviti tako farmakološko zdravljenje, h kateremu se danes zatekamo že v najzgodnejših otroških letih, kot psihoterapevtsko zdravljenje motenj, ki izvirajo iz posameznika.« (Grozljivi gost: nihilizem in mladi, 2015, str. 10.)

Se borimo z mlini na veter, ker je družbeni ustroj kapitalističnega razosebljanja premočan? Potrebujemo nekaj, česar bi se lahko oprijeli. Imamo upanje, da lahko utrjujemo zaupanje v človeško vrsto. In to je možno le skupaj.

Ko so Zemljo naselili sesalci, so se poleg plazilskih možganov razvili še srednji možgani. Mati Narava je pred nas postavila nalogo, da živimo v skupnosti in da preživimo, če dobro poskrbimo drug za drugega. Skupinska terapija je lahko svet v malem – kreiranje skupnosti, kjer vsak posameznik s svojimi ranami stopi na oder in zapleše. Se uči, kako nastopiti pred skupino in kako ujeti korake skupne koreografije, da lahko okreva. Sem jaz res lahko jaz pred drugimi? Se čutim? Čutim drugega? Se lahko povezujem, približujem in oddaljujem? Je varno biti v skupini ranljiv? Krepitev psihične odpornosti in izkušnja popravka se zgodi, ko se skupina razvije v skupnost – ko je možen varen stik med posamezniki preko globine naše ranljivosti. Tam so izzivi in tam je zatočišče.

Vabim vas, da na Kongresu SKZP skupaj spoznavamo in nadgrajujemo modrosti različnih psihoterapevtskih pristopov partnerske in skupinske terapije. Pridite in prispevajte h graditvi naše psihoterapevtske skupnosti v Sloveniji. Skupnost je etična odgovornost posameznika in je edino varno zatočišče za vse nas in še posebej za ranljivi del prebivalstva. Prav zato je etična odgovornost psihoterapevtov in psihoterapevtk sooblikovanje skupnosti, da lahko ranljivim skupinam ponudimo izkušnjo »biti skupaj«. Tako bomo za naše kliente in klientke najboljše poskrbeli.

Ksenja Kos, CTA – P

Predsednica Programskega odbora 1. Kongresa SKZP

