

Anotácie k prednáškam a workshopom:

Prednášky 9.00 – 12.30

### **Tělo jako nositel života. Existenciálně – analytický přístup k tělu.**

PhDr. Dana Krausová, klinická psychologička, psychoterapeutka, predsedníčka a lektorka SLEA ČR

*Mám svoje tělo nebo jsem svým tělem? Je tělo mým majetkem? Nebo je výrazem mne samého, nositelem a projevem mého bytí? Existenciální postoj vede do vztahu s vlastním tělem. Tělo jsem já. Je zrcadlem mého vztahu k sobě jako k hodnotě. Jak zacházím se svým tělem, zacházím tak v podstatě se sebou samým. Tělo je nositelem mého života a výrazem mého bytí a jeho kvality.*

*V těle se odráží mé prožívání, odhaluje se v něm mé myšlení, tělo signalizuje mé vnitřní rozpory a nevyřešené konflikty. Vstupuje do mého dialogu se sebou i s okolním světem. Tělo má co říci. Pokud mu nasloucháme, zjistíme, že nám jednoduchým způsobem ukazuje i to, co odmiatame vidět ve vědomé rovině.*

*Existenciální naplnění spočívá v otevřeném dialogu jak tělesné, tak i duševní a duchovní roviny člověka.*

### **Tělo jako nástroj vnímání emocí a pocitů.**

Mgr. Jakub Hučín, psychoterapeut, lektor SLEA ČR

*V psychoterapeutickém procesu se necháváme vést pocity – pocity klienta i pocity svými, v existenciální analýze jsou pocity cestou rozpoznávání toho, co se v nás děje. Ne vždy jsou nám ale snadno dostupné. A tehdy může pomoci naše tělo, protože své pocity, stejně jako své emoční prožívání nenajdeme v hlavě, ale jinde v těle. A slovní spojení „mít nadšení v srdci“, nebo naopak „zlomené srdce“, „žaludek naruby“ či „knedlík v krku“ zrcadlí náš strach, naši bolest i naši radost.*

### **Práca s telom pri úzkostných stavoch.**

PhDr. Petra Klastová Pappová, PhD., klinická psychologička, psychoterapeutka, predsedníčka a členka výcvikového tímu SLEA Slovensko

*Zážitok silnej a/alebo dlhotrvajúcej úzkosti býva častým dôvodom, pre ktorý klienti prichádzajú do psychoterapie. Úzkostné stavy majú mnoho podôb, ale v zásade všetky sa manifestujú aj špecifickými telesnými príznakmi. V rámci prednášky sa pozrieme na rôzne telesné prejavy úzkosti a prácu s nimi. Keď človek dokáže vnímať a precítiť svoje telo, cíti sa v ňom aspoň čiastočne dobre, a keď sa o svoje telo primerane stará, nie je mu v ňom „úzko“.*

### **Bez jedla to nejde – psychoterapia porúch príjmu potravy.**

MUDr. Zuzana Matzová PhD., detská psychiatička, psychoterapeutka, odborná asistentka na LF UK v Bratislave, členka výcvikového tímu SLEA Slovensko

*Denne aj cez stravu žijeme vzťah k sebe. Porucha príjmu potravy (PPP) je preto signál, že niekde nastal problém. V príspevku oboznámim s psychoterapeutickým*

*pohľadom na typy a rozvoj jednotlivých porúch príjmu potravy. Zároveň sa budem venovať spôsobom ako s PPP psychoterapeuticky pracovať.*

### **Telo ako "brána" k hodnote seba samého.**

Mgr. Lucia Kubinová, PhD., sociálna pedagogička, psychoterapeutka, odborná asistentka na FF UK v Bratislave

*Dlhodobé žitie úžitkovosti (a teda aj používania vlastného tela pre výkon a zisk) spôsobilo u klientky Júlie postupné vzd'alo vanie sa od seba samej - od autentického self. Signály prichádzajúce z tela neboli vypočítané, preto sa postupne stali symptómami. Závažná situácia spojená s telom priviedla Júliu do terapie. Práve telo sa v terapeutickom procese stávalo „bránou“ k vlastnej hodnote - k hodnote seba samej vo svojej bytostnej podstate. Kazuistický príbeh prináša pohľad na telo ako na sprostredkovateľa zmeny, ktorú je nutné v živote uskutočniť, aby mohlo nastať zmysluplné.*

### **Sexualita z pohľadu telesné, psychické a noeticke dimenze človeka.**

Mgr. Martina Vondrová, psychoterapeutka, lektorka SLEA ČR

*Prednáška upozorní na možné protichůdné potreby jednotlivých dimenzí človeka. Tato ambivalence pak bývá možnou příčinou sexuality blokované či nadužívané.*

Workshopy 14.30 – 16.00

### **Fenomén bolesti v psychoterapii.**

MUDr. Ľubica Černá, psychiatrička, psychoterapeutka

PhDr. Kateřina Hejnová, psychologička, psychoterapeutka

*Témou workshopu bude pohľad existenciálnej analýzy na tému bolesti. A to nielen teoreticky ale najmä prostredníctvom kazuistik a ochutnávky praktickej práce formou sebeskúsenosti. Akú správu dáva telo človeku skrz bolesť? Ako s prežívaním bolestivých stavov súvisí rozvoj depresie, úzkosti, rôznych foriem závislosti či agresivity? Akým spôsobom narušuje kontakt s vlastným telom a ovplyvňuje prežívanie životnej zmysluplnosti? Ako ohrozuje rôzne životné role (partnerské, rodičovské, pracovné ...)? Fenomén chronickej bolesti je pre psychoterapeutov často zdrojom pocitov bezmocnosti, bezradnosti, hnevu, ľútosti, neschopnosti. Spoločne sa pozrieme na to, ako s týmto fenoménom v psychoterapii zaobchádzať.*

### **Telo pod tlakom.**

Mgr. Zuzana Hitková, liečebná pedagogička, psychoterapeutka

Mgr. Katarína Vlašičová, psychologička, psychoterapeutka

*Workshop ponúka možnosť zastaviť sa, vojsť do kontaktu so sebou a dať priestor svojmu telu - sebe samému. Pozrieme sa na to, čo sa deje s našim telom, keď pod tlakom vonkajších okolností, alebo vlastných nárokov či vnútorného napätia, vypadáme z kontaktu sami so sebou. Kedy sa odcudzujeme vlastnému telu a fungujeme ako roboti? Používame telo ako nástroj? Sluhu? Alebo sa k nemu*

*správame s úctou ako k partnerovi? Ako nám môže byť telo nápomocné, keď chceme opätovne vstúpiť do kontaktu so sebou? A ako rozvíjať vedomejší kontakt s telom?*

### **Představení výcviku v existenciální analýze.**

PhDr. Dana Krausová, klinická psychologička, psychoterapeutka, predsedníčka a lektorka SLEA ČR

*Ve workshopu zazní krátce informace k psychoterapeutickému výcviku. Sebezkušenostní cvičení nabídne praktickou ukázkou práce ve skupině.*

### **Práce s bolestí u onkologických pacientů aneb "tělo vydrží hodně".**

Mgr. Lenka Lisá, DiS., psychologička, psychoterapeutka

*Workshop ke sdílení zkušeností vedení dialogu s onkologickými pacienty: téma fyzické a emocionální bolesti, reflexe individuální psychoterapeutické práce s pacienty v ambulanci i na lůžku.*

### **Telo ako priestor pre život.**

Mgr. Zoltán Mátyus, psychoterapeut

*Život, ktorý sa odvíja v hmotnom priestore tela, je fascinujúcim fenoménom. Tento charakter života je výzvou a pozvánkou zároveň. Výzvou rozumieť telu, ako priestoru pre život a pozvánkou na jedinečné predstavenie života, ktoré sa odohráva v nás samých. Workshop Vám môže priniesť dotyk s hercom v hlavnej úlohe Vášho predstavenia, a to dotyk zo životom.*

### **Keď k nám telo prehovorí.**

Mgr. Katarína Šurďová, liečebná pedagogička, psychoterapeutka

*Tento workshop nás zavedie do detskej psychoterapie. Čo nám deti chcú sprostredkovať, keď ich telo „prehovorí“? Stručne sa spoločne pozrieme na psychosomatiku v detskom veku, možnosti terapeutickú prácu a ako ju vhodne doplniť inými terapiami (psychomotorická terapia, arteterapia, biblioterapia....) a technikami. Ak to čas umožní, tak budú súčasťou workshopu konkrétne praktické ukážky dychových cvičení, relaxácií a práce s telom.*