



MAGYAR HIPNÓZIS EGYESÜLET



**XXIX. Magyar Hipnózis Találkozó  
2018. március 23-25.**

Esztergom, Szent Adalbert központ, Szent István tér 10.

**Utak a hipnózishoz -  
a hipnózis útjai**

**A Magyar Hipnózis Egyesület,  
és az ELTE Affektív Pszichológia Tanszék  
közös szervezésében**

*„Tövises úton segít a jövődő;  
Jövőben dicsőül meg a szenvedő;  
Jövő mutatja az utat előttem!”  
/ József Attila: Jelen, múlt, jövő /*

## **Köszöntő**

*Ebben az évben március havának utolsó előtti hétvégéjén hipno-közösségünk tagjai számára minden út Esztergomba vezet. Történelmi városrészben, a Bazilika közvetlen szomszédságában, patinás környezetben fogadjuk a XXIX. Magyar Hipnózis Találkozó résztvevőit.*

*Egyesületünk történetében első alkalommal szervezünk pre-kongresszust a fogászatban alkalmazott hipnózis iránt érdeklődők nagy örömeire és gyarapodására.*

*Háromnapos rendezvényeink hagyományait követve ezúttal is egy főtéma köré szerveződnek az előadások, a kerekasztalok és a szombati műhelyek.*

*Szándékunk szerint idén a hipnózis fejlődésének széles, sokunk által koptatott országúttjai mellett a még kevésbé kitaposott ösvényeit is szemügyre vesszük, megbizonyosodván a módosult tudatállapotok hasznosításának folyamatos térhódításáról, egyre szerteágazóbb alkalmazásairól. Azonban nemcsak a hipnózis birodalmának ismert vidékeit és újabb területeit járjuk be, áttekintjük azokat az egyesek számára kanyargós kaptatókat, mások esetében nyílegyenes csapásokat is, amelyek a klienseinket és a kollégáinkat a transzállapotban történő lélektani munkavégzéshez vezették. Ennek köszönhetően a megszokott tudományos igényesség mellett az idej szakmai program a korábbiaknál nagyobb teret enged a személyes színezetű élmények megosztásának.*

*Reméljük, hogy az együtt töltött idő ezúttal is szolgálni fogja a résztvevők további szakmai fejlődését, és nemcsak kellő inspirációt kínál, hanem a közösségünkhöz tartozás jóleső érzéseivel való feltöltődést is biztosítja.*

**Dávid Tamás**  
**Az MHE elnöke**

# PROGRAM

2018. március 23. péntek

- 08:30-tól**    **Regisztráció**
- 10:00        **Üléselnök: Radányi Éva**
- Pre-kongresszus– Hipnózis a fogászatban –Filó Gábor**
- Regisztráció**
- 14:00**        **A konferencia megnyitása: Dávid Tamás, az MHE elnöke**
- Üléselnökök: Vértes Gabriella, Varga Katalin**
- 14:15**        Meghívott előadás: **Bányai Éva:** A hipnózis magyar útja
- 14:45**        Meghívott előadás: **Gál János:** Pozitív szuggesztió szerepe a klinikai gyakorlatban - út a hipnózisig
- 15:15**        Szünet
- Üléselnökök: Kelemen-Szilágyi Adrienn, Dávid Tamás**
- 15:30**        **Bányai Éva** beszélget **Filó Gáborral** a hipnózishoz vezető útvjáról
- 16:00**        Meghívott előadás: **Hirsch Tibor:**„Ezt most akkor álmodja?” – A mozi, mint: 1. világillúzió lepel alatt, 2. illuzionisták leleplezője, 3. önleleplező illúzió
- 17:00**        Szünet
- 17:25**        Kerekasztal – **Üléselnök és moderátor: Zseni Annamária**  
A hipnózis iránti elvárások és hiedelmek napjainkban  
Résztevők: **Balogh Ildikó, Beszterci Felicia, Vogl Krisztina, Kara Márton**
- 19:00**        Hipnoterapeuták és SASOK avatása
- 20:00**        Vacsora, fogadás: Kapcsolaterősítő társas együttlét

## 2018. március 24. szombat

### Műhelyek, közgyűlés

**9:00**      **Bányai Éva:** A daganatos betegeknél alkalmazott hipnoterápia sajátosságai

**Csóka Judit:** A meseterápia és a hipnózis kombinálásának lehetőségei a kórházi gyógyítás keretei között

**Filó Gábor:** Gyors és Villám Hipnózis

**Molnár Judit:** „Fellélegeztem” - A léleKzet útján

**12:00**      Ebédszünet

**14:00**      **Balogh Ildikó:** Gyermek hipnoterápiás esetmegbeszélő csoport

**Csóka Judit:** A mese és hipnoterápia kombinált alkalmazása daganatos betegeknél

**Sümeg Szilvia:** Idegenben

**Varga Katalin:** Mit mutat (és mit nem) a szuggesztiók iránti fogékonyság egyéni szintjének meghatározása – sajátélmény

**17:15**      **MHE Közgyűlés**

**19:00**      Vacsora

**20:00**      HIPNIK- kapcsolatépítő társas együttlét

## 2018. március 25. vasárnap

### Előadások, kerekasztal

**Üléselnökök: Varga S. Katalin, Kovács Zoltán Ambrus**

- 9:00** **Bányai Éva** és mtsai: Daganatos betegek útja a gyógyuláshoz hipnózissal: fizikai jellemzők és immunitás
- 9:20** **Vargay Adrienn** és mtsai: Daganatos betegek útja a gyógyuláshoz hipnózissal: pszichológiai immunkompetencia és én-közeli élmények
- 9:40** **Józsa Emese** és mtsai: Daganatos betegek útja a gyógyuláshoz hipnózissal: az életminőség változása

**10:00** **Pálinkás Imre:** Crux Medicorum

**10:20** Szünet

**Üléselnökök: Néveri Emese, Bányai Éva**

**10:40** **Boros Imre:** Belső játékok (Hipno-coaching a teljesítmény fejlesztés szolgálatában)

**11:00** **Kemény Katalin:** Testbezártan

**11:20** **Varga S. Katalin:** Tűz és föld

**11:40** **Agárdi Tamás:** Az agy nem hazudik - A hipnózis szerepe az igazságszolgáltatásban, a valóságfeltárásban

**12:00** Szünet

**12:30** Kerekasztal – **Üléselnök és moderátor: Kelemen-Szilágyi Adrienn**

A hipnózis útjai új vizekre

Résztvevők: **Agárdi Tamás, Bálint Sándor, Kovács Zoltán Ambrus, Stoll Dániel Péter**

**14:00** A Találkozó zárása – Plenáris ülés

# KIVONATOK

**Agárdi Tamás Dr.**, igazságügyi pszichológus szakértő, klinikai szakpszichológus  
Grafológiai Intézet

## **Az agy nem hazudik**

A hipnózis szerepe az igazságszolgáltatásban, a valóságfeltárásban  
(előadás)

A bűnüldözésben nagy figyelem fordul arra a tetthelyre, ahol a bűncselekményt elkövették; árukkódó lábnyomokat, DNS mintát, hajszálakat, vérnyomokat keresnek a tettes és az elkövetés felderítésére. Mi most egy speciális terepen végzünk nyomozást: Létezik egy olyan helyszín is, amely nemcsak a betöréseknél, gyilkosságoknál, de az úgynevezett nem helyszínes bűncselekményeknél (adócsalás, sikkasztás, rágalmazás, stb.) is számos fontos nyomot, információt rejt; ez pedig a tettes pszichikuma. A tettes agyában lenyomat képződik az elkövetett cselekménnyel kapcsolatosan. Ennek a feltárására a nyomozás, a szakértői bizonyítás, a tanúvallomások a műszeres vallomásellenőrzés (poligráf, komputeres grafometriás hazugságvizsgálat, hőkamerás vizsgálat, hanganalízis, P300 vizsgálat) mellett jó eséllyel fordulhatunk a módosult tudatállapot adta lehetőségek kihasználásának irányába.

A kriminalisztikai felfogás szerint: „A helyszín beszél, csak meg kell tudni szólaltatni.”

Saját szakmánkra lefordítva: Az agy nem hazudik, csak meg kell érteni a jelzéseit. Képesek vagyunk-e erre, milyen különleges nyelven történhet az igazságot keresők és a tettes pszichikuma közötti párbeszéd?

Előadásomban ennek felvázolására teszek kísérletet.

agardi@grafint.hu

# KIVONATOK

**Balogh Ildikó Dr.**, gyermekgyógyász-gyermekpszichiáter  
Bicske - Szakrendelő; Budapest – magánpraxis

## **Gyermek-hipnoterápiás esetmegbeszélő csoport** (műhely)

A hipnoterápia a gyermekkorban valójában bekapcsolódás a gyermek sajátos, mágikus világába, hogy közösen találjuk meg a helyes utat, a belső ösvényt, mely önmagához elvezet. A képzelet egy belső érzet, mely vizuálisan, auditív módon és kinesztetikus élmény átélésével a fantáziában a maga teljességében meglevenedik és elvezet a gyógyuláshoz.

Bevezetőül megnézünk két filmet. Egy 9 éves enuretikus kisfiú és egy 14 éves súlyosan dadogó fiú hipnózisát. Kielemezzük az indukció, a mélyítés és az egyénhez, tünethez adaptált módszereket, gyógyító szimbólumokat. Megbeszéljük az áthangolás szuggeszcióit, mint a húgyhólyag kicserélését a felfújót, jól záró léggömbre vagy a függőágy egyenletes ringatózását, mely harmonizálja a beszéd ritmusát.

Hozzátok el eseteiteket. Terápiás tippeket adhattok egymásnak. Én is szeretnék hozzájárulni eredményes munkátokhoz.

balogh.ildiko.dr@gmail.com

# KIVONATOK

**Bányai Éva Dr.**, Professor emeritus, pszichológus  
ELTE PPK Pszichológiai Intézet Affektív Pszichológia Tanszék

## **A hipnózis magyar útja** (meghívott előadás)

Az előadás röviden áttekinti, hogyan alakult a hipnózis helyzete hazánkban 1823-tól, a mesmerizmus első említésétől napjainkig. Ferenczi Sándor és Völgyesi Ferenc nemzetközileg is jelentős munkásságának rövid bemutatása után részletesen elemzi a hipnózis II. világháború utáni sorsát, ami a mai magyar sajátosságok kialakulásához vezetett. A „fordulat éve” után az ideológiailag gyanúsnak kikiáltott, a fasizmussal szoros kapcsolatba hozott hipnózis szinte teljesen a „TILTOTT” kategóriába került hazánkban. A tiltás alól csak a Pavlov hipnózis iránti érdeklődésére hivatkozó idegéletteni hangsúlyú kutatásokkal sikerült „menlevelet” szereznie a háború utáni első Hipnózis Kutató Munkacsoportnak, amely az ELTE Ádám György által vezetett Összehasonlító Élettani Tanszékén Mészáros István vezetésével és részvételemmel 1970-ben alakult meg. Munkacsoportunk nemzetközileg elismert kutatási eredményei és az ezek nyomán kialakult nemzetközi kapcsolataink segítettek abban, hogy kezdeményeztük és sikerrel végre is hajtottuk a módszer pszichoterápiás gyakorlatba történő visszahozatalát. Mivel a hipnózis az idegéletteni kutatások révén nyert ismét polgárjogot a gyakorlati alkalmazásban is, hazánkban nincs olyan szakadék a hipnózis kísérleti kutatása és terápiás alkalmazása között, mint ami a nemzetközi szakmai életben megszokott. A magyar helyzetnek ezt a sajátosságát igen nagyra értékeli a nemzetközi szakmai közvélemény.

banyai.eva@ppk.elte.hu



# KIVONATOK

**Bányai Éva Dr.**, Professor emeritus, Dr., pszichológus  
ELTE PPK Pszichológiai Intézet Affektív Pszichológia Tanszék

## **A daganatos betegeknél alkalmazott hipnoterápia sajátosságai** (műhely)

A műhely első felében megvitatjuk, milyen okokra vezethető vissza, hogy sok kiválóan képzett hipnoterapeuta tartózkodik a daganatos betegek kezelésétől – annak ellenére, hogy elméleti szempontok miatt érdemes volna a hipnoterápiát széles körben alkalmazni a daganatos betegek kemoterápiájának és sugárkezelésének kiegészítő terápiájaként. Eset-vignettákkal illusztráljuk, milyen nehézségekkel kell megküzdenie a terapeutának rákbetegeknél az eredményes hipno-pszichoterápia kivitelezhetősége érdekében. A hipnózis interakció kölcsönös archaikus bevonódást kiváltó hatása miatt különösen nagy problémát jelent a halállal való rendszeres szembesülés, ami gyakran a saját halandóságunkkal kapcsolatos egzisztenciális szorongást vált ki.

A műhely második felében saját élmény szinten átélhetővé teszünk néhány olyan technikát, amelyek segíthetnek az egzisztenciális szorongás és a terápia szervezésével kapcsolatos problémák leküzdésében. Ez segítséget jelenthet az eddig tartózkodó kollegáknak a rákbetegekkel folytatott hipnoterápia elkezdésében, a már gyakorlattal rendelkezőknek pedig a terápia hatékonyabb, eredményes folytatásában.

A műhelyre való felkészülést az Országos Tudományos Kutatási Alapprogramok (OTKA) K 109187 nyilvántartási számú pályázata támogatta.

banyai.eva@ppk.elte.hu

# KIVONATOK

**Bányai Éva Dr.<sup>1</sup>**, Professor emeritus, pszichológus, **Filó Gábor Dr.<sup>2</sup>**, fogorvos,  
hipnodonta

<sup>1</sup> ELTE PPK Pszichológiai Intézet Affektív Pszichológia Tanszék

<sup>2</sup>Dentistry870 (www.dentistry870.ca) Kanada, magánpraxis

## **Beszélgetés Filó Gáborral a hipnózishoz vezető útról**

A beszélgetés során Bányai Éva arról faggatja a Kanadában élő és fogorvosi praxisában rendszeresen hipnózist alkalmazó Filó Gábor hipnodontát, hogyan alakult ki érdeklődése a hipnózis iránt, és miben látja a hipnózis jelentőségét a fogorvoslásban. Olyan kérdéseket is érintünk, hogy hogyan segített a hipnózis Filó Gábornak hipnodonta praxisa „filozófiájának” és gyakorlatának kialakításában és a mindennapos stresszel való megküzdésben, a kiégés elkerülésében.

banyai.eva@ppk.elte.hu

# KIVONATOK

**Bányai Éva**Dr., Prof. emeritus, pszichológus<sup>1</sup>, **Jakubovits Edit**, MD, PhD<sup>2</sup>,  
**Pállinger Éva**, MD, PhD<sup>3</sup>, **Fehérvári Dóra**<sup>4</sup>, pszichológus, **Horváth Zsolt**<sup>5</sup>, MD,  
PhD

<sup>1</sup> ELTE PPK Affektív Pszichológia Tanszék

<sup>2</sup> Károli Gáspár Református Egyetem Pszichológiai Intézet, Budapest;

<sup>3</sup>Semmelweis Egyetem Genetikai, Sejt- és Immunbiológiai Intézet, Budapest

<sup>4</sup>Fővárosi Bajcsy-Zsilinszky Kórház és Rendelőintézet, Mozgásszervi  
Rehabilitációs Osztály, Budapest

<sup>5</sup>Országos Onkológiai Intézet, Budapest

## **Daganatos betegek útja a gyógyuláshoz hipnózissal: fizikai jellemzők és immunitás** (előadás)

Kontrollált, prospektív, randomizált longitudinális klinikai kutatásunkban a kemoterápia kiegészítéseként alkalmazott hipnózis (H) hatását zenei összeállítás (Z), illetve intervenció nélküli, de a betegekre kiemelt figyelmet fordító kontroll helyzet (K) hatásával vetettük össze közepes és magas kockázatú mell-daganatos nőknél. A betegek egységesen 4 ciklus AC kezelésben, majd 12 ciklus PAC kezelésben részesültek.

Előadásunkban egyrészt a kemoterápia mellékhatásaként fellépő hányinger és hányás előfordulási gyakoriságát hasonlítjuk össze a 3 vizsgálati csoportban, másrészt elemezzük a tumor ellenes immunitás leghatékonyabb effektor sejtjeire, a természetes ölősejtek (NK sejtek) funkcionális állapotára vonatkozó adatokat.

Eredményeink szerint a H csoportban szignifikánsan kevesebb hányinger és hányás fordult elő, mint a K csoportban. A 4 AC kezelés befejeztével a kezdetben azonos szintű NK aktivitást mutató csoportok között szignifikáns különbség jelent meg, a H csoport javára. A kemoterápia hatását a szakirodalom szerint általában jellemző NK aktivitás csökkenés egyik vizsgálati csoportunkban sem következett be. Ez arra utal, hogy a társas támogatás, amit minden vizsgálati csoportunk betegei megkaptak, kivédheti a kemoterápia immunaktivitást csökkentő hatását. A H, úgy tűnik, növeli ezt a társas védő hatást, és jelentős közérzetjavulást vált ki.

Az előadást az Országos Tudományos Kutatási Alapprogramok (OTKA) K  
109187 nyilvántartási számú pályázata támogatta.

banyai.eva@ppk.elte.hu

# KIVONATOK

**Boros Imre**, pszichológus  
Magánpraxis

## **Belső játékok**

**(Hipno-coaching a teljesítmény fejlesztés szolgálatában)**  
(előadás)

A coaching rövid, időhatáros, eredmény- és megoldás központú pszichológiai munkakapcsolat. A lelkileg egészséges emberek életminőségének és eredményességének fejlődését, kiteljesedését előmozdító alkalmazott lélektani terület. Az elnevezése (edzés) és néhány alapelve a sportpszichológiából származik. Gallway teniszoktatásról írt könyve (The Inner Game of Tennis) úttörő volt a coaching területén. Szerinte a saját fejünkben lévő ellenfél sokkal félelmetesebb, mint a valódi. Abban tud segíteni a coaching, hogy a személyes teljesítmény útjában álló belső akadályokat elhárítsa és felszínre kerülhessenek természetes képességeink.

A coaching modern formájában az 1970-es években született, és fejlődik világszerte. (Habár sokak szerint mindig is létezett, csak nem így nevezték.) Bebizonyította, hogy komoly sikert eredményező módszer. A hipnózis és szuggesztiók alkalmazása több ezer éves múltra tekint vissza.

Néhány eset bemutatásán keresztül teszünk kísérletet a hipnózis és a coaching egyfajta módszertani ötvözésére. A belső akadályozó tényezők, „mérgező belső monológok” hatásának csökkentése, a sikeres megoldás képzeletben való felépítése hogyan járul hozzá a személyes teljesítmény fokozásához. A lelki erőforrások hogyan mobilizálhatók, miként állíthatók a szuggesztiók, önszuggesztiók és hipnotikus módszerek a teljesítmény fejlesztésének szolgálatába?

[imre\\_boros@yahoo.com](mailto:imre_boros@yahoo.com)

# KIVONATOK

**Csóka Judit**, klinikai szakpszichológus

Fejér Megyei Szent György Egyetemi Oktató Kórház Pszichiátria / Kardiológiai rehabilitáció

## **A meseterápia és a hipnózis kombinálásának lehetőségei a kórházi gyógyítás keretei között (műhely)**

A pszichiátriai, kardiológiai és onkológiai betegségekben szenvedő emberekkel való munkámban kitüntetett szerepet kaptak a mesék. Ezen a műhelyen szeretném általánosságban bemutatni, hogyan használom a meséket a különböző betegcsoportokban, valamint a hipnózis, és a meseterápia kapcsolódási pontjait. A műhely első részében bemutatom a mesékkal való munka elemeit, illetve a hipnózissal való kapcsolódását, a műhely második felében pedig lehetőség lesz arra, hogy a résztvevők saját élményként is megtapasztalhassák a mesék (gyógyító) erejét is.

[judit.lelekszerviz@gmail.com](mailto:judit.lelekszerviz@gmail.com)

# KIVONATOK

**Csóka Judit**, klinikai szakpszichológus

Fejér Megyei Szent György Egyetemi Oktató Kórház Pszichiátria /  
Kardiológiai rehabilitáció

## **A mese és hipnoterápia kombinált alkalmazása daganatos betegeknél (műhely)**

Ezen a műhelyen az onkológiai betegekkal végzett meseterápiás tapasztalataimat szeretném megosztani a résztvevőkkel. A meseterápia hipnoterápiával kombinálva, számtalan lehetőséget nyújt a betegek pszichés támogatására, kísérésére. A műhely első részében bemutatom azokat a jellegzetességeket, amelyeket a daganatos betegeknél figyelembe kell vennünk, a meseterápiás foglalkozások megtervezésénél. A második részben pedig lehetőség lesz arra, hogy a résztvevők saját élményt is szerezzenek e két módszer kombinációjának gyakorlati bemutatása során.

[judit.lelekszerviz@gmail.com](mailto:judit.lelekszerviz@gmail.com)

# KIVONATOK

**Filó Gábor Dr.**, hipnodonta / fogorvos

Dentistry870 (www.dentistry870.ca) Kanada, magánpraxis

## **Hipnózis a fogászatban** (pre-kongresszus, műhely)

Hipnodontiába – a fogászatban alkalmazott hipnózis birodalmába - és egy három évtizedes fogászati gyakorlatba tett utazásra invitálom önöket!

Utunkat azzal kezdjük, hogy áttekintjük a fogászatban alkalmazott hipnózis lehetőségeit. Természetesen, az alkalmazott technikák sokfélesége a műhely idői keretei között csupán a választék bemutatását, egy-egy módszer “kóstolását” teszi lehetővé. A hipnózis a módosult tudatállapotok (transz) kontinuumának része.

Ahhoz, hogy megértsük az egyiket, meg kell értenünk a másikat is.

A fogorvosnak a hipnózis érthető, a napi gyakorlatban praktikus definíciójára van szüksége.

Mint minden más fogászati eljárást vagy anyagot, a fogászati hipnózist is validálni kell.

A fogorvosok örömmel és szorgosan dolgoznak a szakmájukban, és remélik, hogy idővel kialakul a praxis filozófiája. A hipnodontia egyedülálló paradigma, és nyíltan vagy rejtetten, de valamilyen filozófiából kell származnia.

A kérielt filozófia, hatással lesz a praxis vezetésére, de ahhoz, hogy hatékony legyen, valahogy kommunikálni kell. Legegyszerűbb formájában a hipnózis kommunikáció. Ez a kommunikáció egy monádon, egy diádon vagy egy csoporton belül történhet. A páciens-terapeuta diád esetében a terápiás kommunikáció elengedhetetlen a pozitív, megbízható és reprodukálható eredmények eléréséhez. Az együttérés tulajdonságának minden klinikusban meg kell lennie, hogy hatékony lehessen. A kifáradt együttérés és kiegész sokkal gyakoribb, mint gondolnánk, de a hipnózis enyhítheti.

Kiégett klinikusok sajnos gyakran alkoholhoz, vagy gyógyszerekhez nyúlnak. A transzot is lehet helytelenül, netán feleslegesen alkalmazni, erről ritkán esik szó, pedig megvitatásra érdemes!

Hipnodontiai tartózkodásunktól neves hipnodonták meglátásaival veszünk búcsút.

drghilo@gmail.com

# KIVONATOK

**Filó GáborDr.**, hipnodonta / fogorvos

Dentistry870 (www.dentistry870.ca) Kanada, magánpraxis

## **Gyors és villám-hipnózis** (műhely)

A műhely résztvevői olyan gyakorlatokat fognak végezni, amelyek segítségével többféle gyors hipnózisindukciót sajátíthatnak el. A gyakorlati szakembereknek így bővül a mindennapi használatban alkalmazható hipnózisindukciós repertoárja. A pszichológusoknak, pszichoterapeutáknak pedig olyan indukciókat lesz alkalmuk elsajátítani és gyakorolni, amiket – ha nem is a mindennapi gyakorlatukban – szükség esetén alkalmanként jól felhasználhatnak. Így a műhely végére a résztvevők teljesebb hipnózis-tudással rendelkeznek majd.

drgfilo@gmail.com



# KIVONATOK

**Gál János Prof. Dr.** klinikaigazgató

Semmelweis Egyetem - Aneszteziológiai és Intenzív Terápiás Klinika

**A pozitív szuggesztió szerepe a klinikai gyakorlatban - út a hipnózisig**  
(meghívott előadás)

Előadásomban a szuggesztió szerepét járom körül a mindennapi klinikai gyakorlatban, vizsgálva annak felhasználási területeit, pozitív hatását, eredményességét. Kitérek a hazai és nemzetközi elfogadottságára, a jó gyakorlat fontosságára.

[janos.gal67@gmail.com](mailto:janos.gal67@gmail.com)

# KIVONATOK

**Hirsch Tibor** Dr. Habil.,filmtörténész, egyetemi docens  
ELTE BTK MMI Filmtudomány Tanszék

*„Ezt most akkor álmodja?” – A mozi, mint: 1. világitillúzió lepel alatt, 2. illuzionisták leleplezője, 3. önleleplező illúzió*  
(meghívott előadás)

A filmtörténetben alig találni rokonszenves hipnotizőrt, egyáltalán senkit, aki emberek fejébe a valósághoz hasonlatos világpótlékot ültetni képes. Általában: álom, vízió, alternatív valóság – ez a pszicho-horror, a szürrealista látomásmozi, és a legsötétebb disztópiák műfaji területe.

A mozgóképművészet nem ábrázolhatja jónak az illúziót, és persze az illuzionistát sem – túlságosan sok köze van hozzájuk. Rossz a lelkiismerete.

Először a filmes új hullámok teoretikusai mondták ki: a film maga is világitépítő mesterkedés. Mi több. súlyos erkölcsi döntés, hogy a mindenkori álomgyárosok legalább hajlandók-e figyelmeztetni erre a nézőket? Jean Luc Godard harcostársai megvetették a „Papa moziját”, és általában a klasszikus Hollywoodot, mely elleplezni próbálja illúzió-természetét, miközben ők - a modern művészfilm – a hatvanas években kimunkált elidegenítő eszköztárával éppen hogy becsületesen leleplezni próbálja illuzionista-önmagát.

Ma a kortárs posztmodern filmes számára minden belefér: egyre bonyolultabb világteremtő megoldások, de ugyanakkor egyre játékosabb ön-reflexív eszközök is, melyekkel egy mai film saját illúzióvilágát kipukkanasztani képes.

Kérdéseink:

Hogyan tud ma a film a maga közönsége fejében világit építeni? Hogyan leplezi le, hogy amit mutat, mégsem a valóság? Hogyan vonja ezt vissza játékos kedvében, vagy tartja a nézőt kétségek között? És végül: hogyan ábrázolja ma az illúziók hús-vér teremtőjét, aki, hipnotizőr, álommérnök (félisten vagy csupán szakember) többé-kevésbé mindig a trükkös a filmszínaló alteregója?

Több filmet emelgetünk majd, de egyet közülük kiemelünk, melyben mindhárom fent említett összetevő megtalálható, azaz:

1. világteremtés filmben szereplő emberi illuzionista által,
2. világteremtés, mely a mozgóképi közegből ab ovo következik,
3. a film saját önreflexiója világteremtő képességeire

Ezt volna az Eredet című mozi-darab. (2010). Erre – mint a gondolatmenethez kapcsolódó többszörös példatárra – valószínűleg kiemelt hangsúlyt helyezünk.

hirschhind@gmail.com

# KIVONATOK

**Józsa Emese**<sup>1</sup> PhD, pszichológus, **Vargay Adrienn**<sup>2</sup> doktorjelölt, **Zsigmond Orsolya**<sup>3</sup> doktorjelölt, **Horváth Zsolt**<sup>4</sup>, MD, PhD, **Bányai Éva**<sup>5</sup>, Professor emeritus, Dr

<sup>1</sup>ELTE PPK Pszichológiai Intézet

<sup>2</sup>ELTE PPK Pszichológiai Doktori Iskola Magatartápszichológiai Program, Heim Pál Gyermekkórház;

<sup>3</sup>ELTE PPK Pszichológiai Doktori Iskola Magatartápszichológiai Program;

<sup>4</sup>Országos Onkológiai Intézet;

<sup>5</sup>ELTE PPK Pszichológiai Intézet

## **Daganatos betegek útja a gyógyuláshoz hipnózissal: az életminőség változása** (előadás)

Előadásunkban a Bányai Éva és mtsai által már bemutatott klinikai kutatás 3 vizsgálati csoportjának hosszú távú életminőség-változásait hasonlítjuk össze. Az életminőséget a WHOQOL-100 kérdőívvel hat alkalommal vizsgáltuk: a kemoterápiás kezelés kezdete előtt, a két kemoterápiás szer alkalmazásának befejezésekor és a 12, 24 és 36 havi utánkövetéskor.

Eredményeink szerint a kemoterápia kezdete előtt nincs szignifikáns különbség a csoportok között, azonban az intervenció szakaszban a kemoterápia alatt hipnózist hallgató H csoport és a zenét hallgató Z csoport életminősége dinamikusabban változik, mint az intervenció nélküli (de hasonlóan kiemelt figyelemben részesülő) K csoporté. A kemoterápia általában negatívan befolyásolja az életminőséget, mégis a H és Z csoport tagjai már a második mérés alkalmával beszámoltak pozitív változásokról is. A H csoport tagjai még két és fél évvel a hipnózis hallgatása után is szignifikánsan jobbnak ítélték meg általános egészségi állapotukat és életminőségüket, mint a kemoterápia előtt, míg a Z csoport esetében a pozitív változások kevésbé voltak tartósak.

Eredményeink alapján a hipnózis életminőségre gyakorolt jótékony hatása nem korlátozódik közvetlenül a hipnózis alkalmazása utáni időszakra, hanem még az intervenció befejezése után évekkel is fennmaradhat. Ennek hátterében a pozitív szuggesztiók internalizálását feltételezhetjük.

Az előadást az Országos Tudományos Kutatási Alapprogramok (OTKA) K 109187 nyilvántartási számú pályázata támogatta.

jozsa.emese@ppk.elte.hu

# KIVONATOK

**Kelemen-Szilágyi Adrienn** klinikai szakpszichológus  
Magánpraxis

## **A hipnózis új vizekre vezető útjai** (kerekasztal)

Résztevők: **Agárdi Tamás Dr.<sup>1</sup>, Bálint Sándor Dr.<sup>2</sup>, Kovács Zoltán Ambrus Dr.<sup>3</sup>, Stoll Dániel Péter<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> igazságügyi pszichológus szakértő, klinikai szakpszichológus, Grafológiai Intézet  
<sup>2</sup> szülész-nőgyógyász szakorvos, pszichoterapeuta, hipnoterapeuta, Gólyafészek Születésközpont

<sup>3</sup> pszichiáter és neurológus klinikai főorvos, c. egyetemi docens, pszichoterapeuta, hipnoterapeuta, SZTE ÁOK Pszichiátriai Klinika, Rehabilitációs Osztály

<sup>4</sup> Klinikai szakpszichológus, pszichoterapeuta-jelölt, hipnoterapeuta, Országos Gerincgyógyászati Központ Pszichológiai Ambulancia

A kerekasztalban azt járjuk körül, hogy a hipnózis hogy tud utat találni a szokásos pszichoterápiás felhasználáson kívül más területekre. Először is hogy találja meg magának a megfelelő terapeutát, aki építi-kiharcolja az ösvényt a hipnózis számára, hogy aztán meghonosodjon, elfogadásra találjon ezeken az újonnan meghódított területeken is. Milyen aztán itt a módszert használó kolléga és a hipnózis sorsa, fogadtatása. A kerekasztal résztvevői férfiak, akiket a hipnózis izgalmas világokba kalauzolt el, hogy ott segíthessenek. A gerincgyógyászatra, ahol a gondolataink a testünkkel kapcsolódnak össze, a pszichiátriára, ahol a gondolatainkat az önmaguknak épített csapdából kell időnként kisegíteni, a bűnüldözésbe, ahol az agy a bűncselekmény legtöbb titkot rejtő helyszíne, és a szülész-nőgyógyászatra, ahol az évezredek óta kismarhetetlen női lélek mutatja meg magát.

Világ(ok) körüli út térben és időben másfél órában.

szilidri@yahoo.com

# KIVONATOK

**Kemény Katalin**pszichoterapeuta  
Gellért Rendelő

## **Testbezárta** (előadás)

Hipnózis alkalmazása a különböző terápiás folyamatokban.

Előadásomban három pszichoterápiás eset részleteinek ismertetése mentén szeretném megmutatni, hogy a hipnózis terápiás alkalmazása milyen különféle lélektani munkamenetekbe ágyazható.

A három terápiás esetet összeköti, hogy mindháromban a terápiás motivációt a testi tünetek indítják: a testi tünetekre való fókuszálás, a testi szenvedés indítja el a pácienseket a lélektani munka felé. Mindhárom esetben a tünetek háttérében pszichoszexuális fejlődési elakadás bomlik ki.

A tünetek oldásával a fejlődési elakadás is oldódik, megindulhat a változás.

kemenykatalinpsy@gmail.com

# KIVONATOK

**Molnár Judit Eszter** kiképző pszichoterapeuta, jungi  
analitikus, hipnoterapeuta, szimbólumterapeuta, kundalini jógatanár  
Vadaskert Gyermekkorház, magánpraxis

## **„Fellélegeztem”---- A léleKzet útján** (műhely)

Az első belégzés a külső világ befogadásának aktusa. A légzésreguláció folyamatában a kapcsolat, a másik légzésére hagyatkozás meghatározó szerepű. A műhely tapasztalat mentén tekinti át a légzés jellegzetességeit, halálképzeteket, a gyakori fordított és egyéb részleges légzés módokat. S mindezek következményeit. A kundalini jóga segítségével intenzív sajátélményt biztosít a légzés/oldódás/tudatrétegek változásaiban. A gyakorlatok jól használhatók önkabartartásra és segíthetik a terápiás folyamatban a légzés szerepének mélyebb megértését, használatát. Jótékonyan megágyazhatnak a mélyebb módosult tudatállapotban végzett munkának is, finomítják a testérzetekkel való munkát.

Közös gondolkodásra, új élményre s a személyes és munkatapasztalatok megosztására hívom a résztvevőket.

juditeszter.molnar@gmail.com

# KIVONATOK

**Pálinkás Imre** Dr., reumatológus, kutató orvos, hipnoterapeuta  
Biogen Hungary Kft.

## **Crux Medicorum**

A diagnosztizált fibromyalgiás nőbeteg felodatlan gyásszal, a munkahelyi és párkapcsolati krízisekkel érkezett. A felmérést követően az „*ézelmek nyolc hajlékát*” építettük fel, majd ahogy a kliens őszintén megélte és átdolgozta emlékeit, a traumalízis minden egyes fokozatával egyre magabiztosabb és kiegyensúlyozottabb lett, fájdalmai elmúltak. Ezt követte a második terápiás szerződésünk, amely a nőgyógyászati – párkapcsolati problémák rendezését célozta. A kliens elhúzódó, ”kikezelhetetlen” nőgyógyászati fertőzését egyfajta ”büntetésként” élte meg, korábbi felelőtlen partnerkapcsolatai miatt. Ennek okait megértve és átdolgozva ezen a téren is elindulhatott a gyógyulás felé. A terápia harmadik szakaszában eljutottunk a páciens legföltettebb, korábban még átélni sem emlékéhez, az általa legjobban szeretett személy, az anyai nagymama haldoklásához, ahol, segítőként, a páciens, saját megélése szerint, kudarcot vallott. A másfél éves, szupervízió mellett történő terápiát követően a páciens magabiztosabb, kiegyensúlyozottabb személyiséggé vált. Megfelelő orvosi kezelést mellett fibromyalgiás és nőgyógyászati panaszai ezúttal véglegesen megszűntek, párkapcsolati anomáliáit rendezte, munkahelyet váltott. Határozott és figyelmes személyiséggé válva, időnként felveszi a kapcsolatot velem, tájékoztat az életéről, sikereiről.

imre.palinkas@biogen.com

# KIVONATOK

**Sümeg Szilvia, Dr.** pszichiáter, pszichoterapeuta  
Életút Pszichiátriai és Pszichoterápiás Magánrendelés, Pécs

Közel hat évig éltem és dolgoztam Dániában pszichiáterként. Egy műhely alkalmával szeretném bemutatni, hogyan hatott ez az idegen környezet és nyelv terapeutai identitásomra és munkámra. Felvetődhet a kérdés: Mihez kezd egy terapeuta, mikor kiszakad a megszokott környezetéből és más nyelven kell kommunikálnia? Hogyan lehet úgy beilleszkedni, hogy közben megtartsa elveit, még ha ezek nem is egyeznek mindenben az új elvárásokkal? Lehet-e mindez inspiráló annyira, hogy egy új terápiás rajztechnika szülessen - egy félreértés kapcsán?

Esetrészletekkel szeretném bemutatni azt az utat, ami e technika kidolgozásához vezetett, amit a mai napig alkalmazok a hipnoterápia során is. A műhely alkalmával lehetőség lenne a közös gondolkodásra, új utak keresésére mind az esetek, mind saját élmény kapcsán.

[sumegszilvia@gmail.com](mailto:sumegszilvia@gmail.com)



# KIVONATOK

**Varga Katalin** Prof. pszichológus  
ELTE PPK Affektív Pszichológia Tanszék

## **Mit mutat (és mit nem) a szuggesztiók iránti fogékonyság egyéni szintjének meghatározása - sajátélmény (műhely)**

A műhelyen lehetőség nyílik nemzetközileg használt standard mérőskála segítségével sajátélmény-szinten a hipnózis (szuggesztiók) iránti fogékonyság egyéni szintjének meghatározására, az eljárás közbeni élmények megosztására, a vonatkozó fogalmak (hipnábilitás, szuggesztibilitás, hipnózis mélység) pontosabb megértésére.

varga.katalin@ppk.elte.hu

# KIVONATOK

**Varga S. Katalin**Dr., pszichológus  
Magánpraxis

## **Tűz és föld** (előadás)

A hipnózisban megtapasztalt élmények, a két fél közötti összehangolódás tudományosan, objektív mércék segítségével vizsgálható, mérhető és megmagyarázható állapot. Ez mit sem befolyásolja számomra a "tényt", hogy mikor benne vagyok, az maga a varázslat. Hipnoterapeutaként évek óta megélem, hogy változik a hipnózissal való kapcsolatom, mintha maga a változás lenne a hipnotikus interakció egyik alapeleme.

Előadásomban két hipnoterápiás folyamat kapcsán foglalkozom a hipnózissal, mint szabályozó, erősítő, megtartó munkamóddal. Két páciens, két kapcsolat, két világ. Eltérő dinamika, különböző időzítés, tűz és föld.

Célom, hogy együtt gondolkozzunk el olyan tapasztalásokon, megérintődéseken, melyek talán újabb kérdésekhez vezetnek.

vargaskatalin@gmail.com

# KIVONATOK

**Vargay Adrienn**<sup>1</sup> doktorjelölt, gyermek és ifjúsági klinikai és mentálhigiénés szakpszichológus, **Zsigmond Orsolya**<sup>2</sup>, doktorjelölt, **Turzó Tamás Kálmán**<sup>3</sup>, MA hallgató, **Kóber Gergő**<sup>4</sup>, MA hallgató, **Kaló Zsuzsa**<sup>5</sup>, PhD, **Józsa Emese**<sup>6</sup>, PhD, **Bányai Éva**<sup>7</sup>, Professor Emeritus Dr.

<sup>1</sup> ELTE PPK Pszichológiai Doktori Iskola Magatartáspszichológiai Program, Heim Pál Gyermekkorház

<sup>2</sup>ELTE PPK Pszichológiai Doktori Iskola Magatartáspszichológiai Program;

<sup>3</sup>ELTE PPK Pszichológiai Intézet;

<sup>4</sup>ELTE PPK Pszichológiai Intézet;

<sup>5</sup>ELTE PPK Pszichológiai Intézet;

<sup>6</sup>ELTE PPK Pszichológiai Intézet;

<sup>7</sup>ELTE PPK Pszichológiai Intézet.

## **Daganatos betegek útja a gyógyuláshoz hipnózissal: pszichológiai immunkompetencia és én-közeli élmények** (előadás)

Kutatásunkban emlődaganatos betegek pszichológiai immunkompetenciáját a PIK kérdőív segítségével 3 vizsgálati csoportban hasonlítottuk össze a kemoterápiás kezelések során, majd az azt követő két és fél évben. A hipnózis csoport tagjai standard pozitív szuggesztiókban részesülnek, a zenés csoport tagjai tematikájukban hasonló zenei anyagot hallgatnak, az intervenció nélküli kontroll csoport az első két csoporttal megegyező kiemelt figyelemben és társas támogatásban részesül. A kemoterápia során az intervenció hatására átélt személyes élményeket én-közelség szempontjából tartalomelemeztük.

Eredményeink azt mutatják, hogy bár a kemoterápia megkezdése előtt nincs eltérés a 3 csoport PIK értékei között, a kezelés előrehaladtával a hipnózis prioritása figyelhető meg. Ez egyéb (pl. idői) tényezők mellett az intervenciók által kiváltott élmények én-közelségében mutatkozó különbségeknek tudható be. Ha a betegek csoportosítását a kezelések alatt átélt én-közeli élmények alapján végezzük, már a kezdeti PIK értékek is jelentős különbségeket mutatnak. Azon betegek, akik én-közeli élményeket élnek át az intervenció hatására, minden mérési ponton a PIK több skáláján is szignifikánsan magasabb értékeket mutatnak. A kemoterápia kezdete előtt mért PIK 16,1 százalékban magyarázza azt, hogy az intervenciók hatására mennyire intenzív én-közeli élményekről számolnak be a betegek.

Az előadást az Országos Tudományos Kutatási Alapprogramok (OTKA) K 109187 nyilvántartási számú pályázata támogatta.

vargay.adrienn@gmail.com

# KIVONATOK

**Zseni Annamária, Dr. orvos**  
Nyugdíjas

## **A hipnózis iránti elvárások és hiedelmek napjainkban** (kerekasztal)

Résztevők: **Balogh Ildikó, Dr., Beszterci Felicia, Dr., Vogl Krisztina, Dr., Kara Márton**

Kerekasztalunk résztvevői lefedik a gyermek és felnőtt praxist, a fővárosi és vidéki populációt, valamint az érzelmi és szomatikus betegségben szenvedő patientúrát gyógyító szakembereket. Ez biztosítja, hogy átfogó képet kapjunk a témáról.

[annaliget@monornet.hu](mailto:annaliget@monornet.hu)

## JEGYZETEK

## JEGYZETEK

## **JEGYZETEK**

## JEGYZETEK