

Könyvbemutató Oriold & Társai Kft.

2020.január 23 . Csütörtök 13,30-14,30 / Liszt II-III terem

A következő könyvek kerülnek bemutatásra:

Elválás, leválás, elszakadás

Bemutatója Szegő Andrea

ISBN 978-615-5981-10-4, 172 oldal, 2019.



A könyv szerzője, Diana Pflichthofer az életünk során szükségszerű módon bekövetkező elválásoknak szenteli figyelmét ebben a művében. Azt vizsgálja, milyen jelentőséget játszanak ezek a folyamatok pszichés fejlődésünkben – legyen szó akár pszichoterápián belüli vagy azon kívüli helyzetekről. Művében különös hangsúllyal jeleníti meg azt az ezideig nem kellőképpen vizsgált vonatkozást, hogy a válás és a leválás élményei nemcsak a veszteség fájdalmas érzéseit hordozzák, hanem az autonómia iránti szükségletet is, de mindezeket túl kifejeződhet bennük a közelségtől való félelemnek a megléte, vagy annak a szükség-lete is, hogy valamilyen traumatikus helyzetből lehessen megmenekülni. A szerző ebben a kötetben bemutatja azt, hogy a válási folyamatok az érési és a fejlődési folyamatok részét képezik, és mint ilyenek, elkerülhetetlen

feltételei annak, hogy a korábbi fejlődési fázisokat meg lehessen haladni.

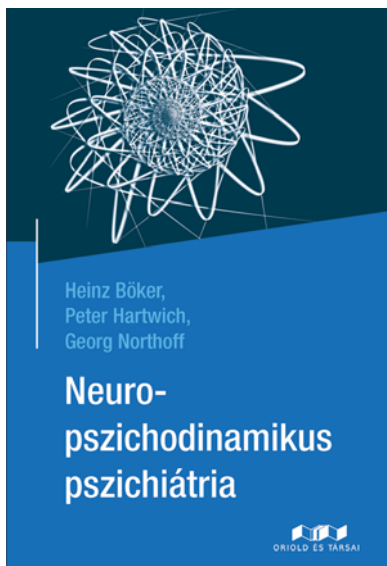
A téma vizsgálata során szóba kerülnek a mindennapok elválási konfliktusai épp úgy, mint ahogy a már tüneti erősségre szert tevő megnyilvánulások is, továbbá a traumatikus okokra visszavezethető pszichopatológiai jelenségek is. A bemutatott esetek jól példázzák, hogyan lehetséges feldolgozni az elválási konfliktusokat a pszichoterápia során.



H. Böker, P. Hartwich, G. Northhoff: Neuro-pszichodinamikus pszichiátria

Bemutatója: Váradi Enikő, Luthardt Andrea, Harmatta János

ISBN 987-615-5981-12-8, 652 oldal



Ezt a könyvet egy nemzetközi team tagjai szerkesztették, összekapcsolva a pszichiátria széles spektrumának két szélső pólusát, a neurobiológiai megközelítést és a pszichoterápiásat, mindezt úgy, hogy a könyv a pszichiátriai kórképekről szól.

A kétféle szemléleti és tudományos megközelítéshez kétféle tudományos szakmai nyelv is tartozik. Ezért a könyv olvasása fokozott figyelmet kíván.

A szerkesztők, német, svájci és kanadai professzorok saját és a nemzetközi kutatásokra támaszkodva más szerzők bevonásával hidat építenek a neurobiológiai kutatások és a pszichodinamikus szemlélet között. Kísérletet tesznek arra, hogy a pszichodinamika oldaláról jobban megértsük a neurobiológiai alapokat, és fordítva, a neurobiológiai kutatások tapasztalatait hogyan lehet lefordítani a klinikum nyelvére és hasznosítani a terápiás gyakorlatban.

Az általuk követett integrált szemlélet, amit neuropszichodinamikus pszichiátriának neveztek el, ennek a törekvésnek a terméke.

Egy ilyen integratív munka természetesen széles alapvetést igényel. A szerkesztők ezt az alapvetést végezték el, és jól lehet nyomon követni, hogy hol vannak a kétféle megközelítés érintkező pontjai, és melyek azok a területek, ahol további kutatásokra és integrációs munkára van szükség.

A legbonyolultabb kérdés a kutatási és elméleti alapfeltevések lefordítása a mindennapi klinikai terápiás gyakorlatra. Hiszen a klinikai gyakorlat elsősorban a patológiás emberi viselkedés változtatására irányul és nem bizonyos agyterületek aktivitásszintjének közvetlen szabályozására.

K. Mueser, S. Glingerich: Családi kézikönyv a szkizofréniához

Bemutatója: Herold Róbert

ISBN: 978-6155-98113-5, 600 oldal,



A két ismert, felépülés szemléletű terapeuta könyve részletesen bemutatja a betegséget, az elérhető kezelési módszereket, terápiákat, azokat a határterületeket, amelyek a páciensek és hozzátartozóik életét befolyásolják (munka, partnerkapcsolat, közösségi élet). Külön részben foglalkozik a különböző érintettek (szülők, testvérek, gyermekek, partnerek) speciális problémáival. A szerzők gyakorlati tanácsokkal segítenek megküzdenni a pszichotikus és negatív tünetekkel, a depresszióval, a szerhasználattal és egyéb problémákkal, de támogatást nyújtanak abban is, hogy a rokonunk ismét érvényesülni tudjon olyan területeken, mint a munka, a tanulás vagy az emberi kapcsolatok. A napi gyakorlatban alkalmazható stratégiák, módszerek segítségével a rokonunk egyszerűbb, boldogabb és sikeresebb életet élhet, a

hosszabb távú célok kitűzése pedig a felépülés felé vezető úton vezet. Akár most jelent meg a családban a szkizofréniát, akár már hosszú évek óta küzdünk vele, a könyvből sokat tanulhatunk a betegségről és a megküzdési stratégiákról, valamint a remény életben tartásáról és az elfogadó szeretetről.

40
JUBILEUM

Hogyan fogjunk tudatosan?

Munkafüzet kognitív viselkedésterápiás testsúlycsökkentő programhoz

Perczel-Forintos Dóra, Kohné Papp Ildikó

Semmelweis Egyetem, ÁOK, Klinikai Pszichológia Tanszék



A fejlett országokban az utóbbi idők legnagyobb járványának a túlsúlyt (BMI=25-30) és az elhízást (obesitas, BMI < 30) tartják, ami világszerte drámai mértékben növekszik, a harmadik világot és minden életkort is beleértve. Hazánkban a lakosság körülbelül fele túlsúlyos és 18-20% elhízott, mindkét nemből. Az elhízás minde-

gyik népegészségügyi jelentőségű megbetegedésnél az egyik legfontosabb kockázati tényező, ezért a lakosság egészségi állapotának javításához nélkülözhetetlen a testsúly kontrollja. Mivel a pszichológiai tényezők a módosítható kockázati faktorok közé tartoznak, ezért fokozott figyelmet érdemelnek. Ide tartozik a maladaptív evési stílus, az érzelmi és a külső ingerekre való fokozott szenzitivitás, a figyelem és a testmozgás hiánya valamint a stressz.

A kutatások szerint a viselkedésterápiás testsúlycsökkentő programokkal 7-10% fogyás érhető el, ami jelentősen csökkenti a szövődmények (stroke, szív- és érrendszeri problémák, daganatos betegségek, cukorbetegség, gerincfájdalmak, stb) kialakulásának kockázatát. Sajnálatos módon a résztvevők három-öt év után visszahízzák a leadott súlyt, ezért az újabb kognitív modellek felhívják a figyelmet arra, hogy a testsúly csökkentése és az elért célsúly megtartása két különböző készség, és foglalkozni kell azzal is a motiváció fenntartása érdekében, hogy a résztvevők az irreális ún. "álomsúly" helyett realitásabb súlyt célozzanak meg (és így fogadják el magukat). Az obesitás megértésének és fennmaradásának ígéretes modellje a COMM (clinical obesity maintenance) modell az ismert tényezők mellett integrálja a szokások, a figyelmi funkciók és a tudatosság szerepét is. Ma már evidencia, hogy a súly megtartásához és a visszahízás elkerüléséhez elengedhetetlen, hogy a célsúlyt elérve a személy továbbra is megmaradjon a tudatos, egészséges táplálkozási szokásoknál és mozgástudatos életmódjánál.

Munkafüzetünkben bemutatjuk az elhízás civilizációs, szocikulturális és pszichológiai tényezőket tartalmazó integrált modelljét, valamint az ezen alapuló önszempert elemekkel bővített kognitív viselkedésterápiás testsúlycsökkentő programot. A program szabadon alkalmazható kiscsoportos formában, de egyénileg is bátran felhasználható.

Könyvbemutató Semmelweis Kiadó

A következő könyv kerül bemutatásra:

Bogár Nikolett, Túry Ferenc: A divatipar és az evészavarok. A kifutók veszélyei.
Semmelweis Kiadó, Budapest, 2019.

Időpont és helyszín:

2020. január 24., péntek
13:00-14:00 (Brahms I-II terem)



E kötet a modellvilágba kalauzolja olvasóit az első szerző személyes élményei (súlyos gyermekkori anorexia, majd modellkarrier), valamint topmodellek körében végzett felmérés adatai alapján. A testalak és testsúly kontrollálása sok modell esetében napi küzdelmet jelent. Ennek következménye a manapság gyakori, civilizációs ártalmaknak is felfogható evészavarok megjelenése.

Az anorexia a kóros soványsággal, a bulimia pedig a túlevésekkel és önhánytatásokkal, sokszor életveszélyes szövődményekkel járó pszichiátriai kórkép.

A kötet bemutatja a divat jelenségeinek társadalmi-kulturális hátterét, s felhívja a figyelmet a mintakövetés jelentőségére, továbbá a modellek egészségügyi kockázatára. A jelentős marketingtevékenységgel működő élelmiszeripar, fitnessipar, szépségipar annak a szolgálatában áll, hogy az emberi testet a kulturális normákhoz próbáljuk igazítani. A fogyasztásorientált társadalmakban a táplálkozásra kettős üzenet vonatkozik: fogyassz minél több, változatosabb, egészségesebb ételt, s legyél minél karcsúbb. Ennek a paradox volta áthatja a mai életet. Ha a kulturális ideálokat nézzük, akkor a fentiekhez hasonlóan kettősség jellemzi az elfogadható emberi testet is. A karcsúságideál alapvetőnek számít, az átlagnépesség pedig egyre jobban elhízik. Elérhetetlenné válnak a kulturális célok, viszont az ezek elérésére vonatkozó törekvés állandósul: mintha egy számár orra elé egy távoli sárgarépát kötnének.

A testre vonatkozó kulturális ideálok megjelenítése a tömegek számára mintául szolgáló személyek révén történik. Jól ismert, hogy az evészavarok kialakulásában a modern kor karcsúságideálja kifejezett kockázati tényező. A divatmodellek képe az átlagemberek számára könnyen elérhető, igen sokan igyekeznek követni őket. Sok fiatal ábrándozik hasonló karrierről. A modellek életének hétköznapijai korántsem olyan vonzóak, mint azt a laikus közönség gondolja.

A kötet igyekszik a divat jelenségének társadalmi-kulturális hátterét is megvilágítani. A karcsúságideál tekintetében az emberi test értéke is előtérbe kerül: mennyire fontos az, hogy egészséges testet tartsunk fenn, illetve mennyire élhetünk vissza a testünkkel? Továbbá: mennyire élhetnek vissza mások (a divatipar képviselői) a testünkkel bizonyos kulturális ideálok jegyében? Mi a teendője az

egészségpolitikának, milyen szabályzókra van szükség, hogy az egészség fenntartása alapvető érték maradjon? A kérdések egyszerűeknek látszanak, de nem azok: egy sokszereplős játék részesei vagyunk, ahol a játékszabályok nem mindig tiszták. Komoly etikai problémákról van szó. Mindezek nyomán megállapítható, hogy a divatmodellek alkalmazásának szabályozása népegészségügyi vonatkozásokat is jelent.

Könyvbemutató

A következő könyv kerül bemutatásra:

Időpontváltozás!

2020. január 23., csütörtök
13:30-14:30 (Lehár I terem)

Kulcsár Teodóra és Oravetz Dániel : Nem vagyok bolond, csak szkizofrén



Igaz történet a Mentőöv című önéletrajzi kézikönyv Antistigma- díjas szerzőpárosának tollából

A szerző házaspár hihetetlenül intim és bizalmi kapcsolatot épít velünk, hisz a tudatalatti és az érzelmek kendőzetlen bugyraiba engednek be bennünket, amihez nagyon kevés embernek van bátorsága. Bebújhatunk Dani elméjébe, és vele együtt élhetjük át egy-egy pszichotikus epizód mentális és érzelmi hullámvasújtját. Az őszinteség ajándéka nemcsak azt teszi lehetővé, hogy magáról a betegségről kapjunk a lehető leghitelesebb forrásból ismereteket, hanem hogy hozzátartozóként, barátként is ráébredhessünk: nem vagyunk egyedül a félelmeinkkel, szorongásainkkal.

Mottójuk: a szerelem mindent legyőz. Vajon a rengeteg szenvedés és hullámvölgy után hogyan képe-sek a betegségből boldog, segítő és alkotó életet felépíteni?

Campos Jiménez Mária – szerkesztő

A történet egy tehetséges fiú és egy érzékeny lány története. Izgalmas, mint egy krimi, megható, mint egy romantikus film, s át meg átszövi a humor. A nagy kaland a szkizofréniával való találkozás és küzde-lem. Nem csak azok számára érdekes azonban, akiknek az életében közvetlenül vagy közvetve megje-lent már a szkizofréni. Mindnyájunknak fel kell tennünk a kérdést: kik vagyunk mi, vajon mennyire szilárdan állunk a lábunkon, vajon mit jelentenek a meggyőződéseink, a hangulataink. És ha ez nem lenne elég, a könyv megmutatja azt is, mit jelent a szerelem, mit jelent valaki mellett állni igazán, jóban-rosszban.

Csodálatos szerelmi regényt vesz kezébe az olvasó, amelyen egyszerre sírunk és nevetünk, s közben Dóri és Dani barátaivá válunk, mert nem lehet őket nem szeretni.

Babarczy Eszter – író *A mérgezett nő* (Jelenkor) című kötet szerzője