



MANIPULÁCIÓ ~ JÁTSZMÁK ~ KIUTAK ~ szabadulás a rejtett konfliktuszónák örvényéből ~

TÉMAMEGJELÖLÉS

Mindenkinek vannak konfliktusai. A konfliktusokkal foglalkozó szakember számára magától értetődő, hogy a konfliktus a kapcsolat része. Ahol nincs konfliktus, ott nincs kapcsolat sem. Jóllehet alapesetben a konfliktus a kapcsolati tanulás és a fejlődés alappillére, mégis számos olyan konfliktus létezik, amely mérgező. A tréningen ezekről a konfliktusokról lesz szó. A 3 nap fő fókusza az ún. rejtett konfliktuszónákra irányítja a figyelmünket.

A rejtett konfliktuszónák sajátossága, hogy a konfliktus valódi célja (ugyanis minden konfliktusnak van célja!) rejtve van. A tréning során legtöbbet a játszmákhoz, illetve a manipulációkhoz kötődő konfliktusokkal – valamint azok együttthatásaival – fogunk dolgozni. A bonyolultabb konfliktusok megértésében – és ez különösen is igaz a rejtett konfliktuszónákra – komoly segítséget jelent az ún. rendszerszintű megközelítés. Ez a konfliktust (illetve annak hordozóit) nem egyéni működésükben vizsgálja, hiszen ez akaratlanul kiemelné őket a tágabb összefüggésrendszerükből, és ez törvényszerűen torzítja a konfliktussal kapcsolatos összes beazonosításunkat, narratívánkat, mítoszunkat. Az ilyen konfliktusok sajátja, hogy azok mindig csak a rendszer egészét megértve változtathatók meg. A tréning során a konfliktusmegoldási eszközeink első fontos pillére tehát a rejtett konfliktuszónáink rendszerének helyes megértése.

A fentiekből talán érzékelhető, hogy a tréningen olyan csoportvezetői eszközökkel dolgozom, amely lehetővé teszik a személyre szabott folyamatok felépítését is. Azaz a tréning fősodrában nem csak általában dolgozunk a konfliktusok természetével, hanem a résztvevőknek módjuk nyílik arra, hogy a saját, egyéni történetükkel dolgozzanak. Ez persze nem jelenti a kitárulkozás szükségességét. Olyan csoportfolyamatban fogunk együtt haladni, amely lehetőséget biztosít arra, hogy aki nehezebben nyílik meg, az is képes legyen megfelelő eszközöket találni, amely segítségével elindulhat a konfliktuskezelés folyamatában. Annak a lehetősége, hogy a rejtett konfliktusok egyéni mintázatait is górcső alá vehetjük, lehetővé teszi, hogy az ún. interferenciahatással is dolgozzunk. Az interferenciahatás jellegzetessége, hogy a konfliktusokrendszerben (tágabb család, transzgenerációs folyamat, munkahely, intézményrendszer, közösség, kultúra stb.) a tényleges, eredeti konfliktus már egyáltalán nem beazonosítható. A feszültség lassan áttevődik más személyekre, jelenségekre,

működésmódokra, ami viszont teljesen irracionális összefüggéseket mutat az adott kapcsolati helyzetre nézve, és kibogozhatatlanná – egyben megoldhatatlanná – teszi a konfliktust.

A megbetegítő, mérgező konfliktusokkal szemben (minden rejtett konfliktus ilyen) a legtöbb ember úgy érzi, kiszolgáltatott. Ugyanis ezek közös tulajdonsága, hogy ezek minden esetben a „radarzóna” alatt működnek.

A rejtett konfliktuszónák egyik paradox meghatározottsága, hogy azokban valójában mindenki áldozat: a konfliktus szereplői speciális beavatkozás nélkül csak sebekkel, veszteségekkel fognak tudni kilépni a konfliktusból.

MIRE SZÁMÍTHATUNK A TRÉNINGEN?

A tréning során megtanuljuk, hogy milyen törvényszerűségek, lélektani összefüggések, nyílt és rejtett kapcsolati szerződések mentén alakulnak ki a rejtett konfliktuszónák, hogyan érhetjük tetten ezeket a saját életünkben, környezetünkben, munkahelyünkön vagy kapcsolatrendszerünkben, hogyan győződhetünk meg biztonságos módon, milyen konfliktustípussal is van dolgunk, végül pedig milyen eszközök állnak rendelkezésünkre a hatékony konfliktusmegoldási stratégiákhoz.

Ezenfelül vizsgáljuk a már meglévő konfliktusmegoldási stratégiáinkat is, illetve hogy ezek miért nem eredményezik a konfliktus megoldását. (A mi kultúránkban pl. kifejezetten a gyakori az ún. konfliktuskerülő magatartás, amely paradox módon – ahogy ezt a tréningen világosan látni is fogjuk – valójában konfliktusgeneráló működésmód.)

A tréning során megvizsgáljuk az énhatáraink sebezhető, védtelen pontjait is, amelyeken keresztül ezek a hatások eléri legbelsőbb világunkat és megsebző tényezővé válnak. Olyan eszközökkel dolgozunk, amelyek révén lehetőségünk lesz találkozni a saját konfliktusainkkal, de ez esetben segítséget kapunk ahhoz, hogy „kívülről nézve” a működésünket vagy más nézőpontokból rápillantva konfliktusainkra újszerű megközelítéseket kaphassunk a megoldásokhoz.

SZEMLÉLETI KERETEK, ALKALMAZOTT ESZKÖZÖK

Az egyéni és családokkal folytatott munkámban csakúgy, mint a csoportok vezetése során én elsősorban a rendszerszintű folyamatok megértésére törekszem, s a célom, hogy ezen a szinten érjünk el tartós változásokat. A tréning fő irányvonala, hogy a résztvevők ehhez kaphassanak eszközöket a saját kapcsolataik és konfliktusaik vonatkozásában. Vagyis olyan eszközöket kaphatunk, amelyek segítségével a saját életünk rejtett összefüggéseit, rendszerszintű sajátosságait és erőtereit tárjuk fel, s ezekre keresünk személyre szabott életvezetési eszközöket.

Amikor a munkámról beszélek, gyakran fogalmazok úgy, hogy olyan vagyok, mint egy feketelyukvadász. A fekete lyuk nem látható távcsővel, hiszen magába szív minden fényt. Viszont ha nem a fekete lyukra összpontosítunk, hanem a csillag- és bolygórendszer mozgásait figyeljük meg, egészen pontosan meghatározhatjuk a feketelyuk pozícióját. A család rendszerszintű folyamataival is így dolgozom. Leggyakrabban úgy tűnik, mintha a legégetőbb probléma figyelmen kívül maradna. Miért? Mert legtöbbször az a zavaró tényező, diszfunkció stb., amely megszüntetésére szakembert keresünk, mindössze tünet. Olyan, mint a

láz a tüdőgyulladás mellett. Meggyőződésem, hogy az eredményes beavatkozási modellek soha nem a tünetekre fókuszálnak elsődlegesen.

A tréning során kizárólag interaktív eszközökkel fogunk találkozni, így az elméleti háttérismeretek is ehhez kapcsolódóan kerülnek feldolgozásra.

Tekintettel arra, hogy kifejezetten törekszünk a személyre szabott folyamatok felépítésére, így a csoportlétszám korlátozott! Ennek az az oka, hogy ebben a műfajban nagy hangsúly kerül – a csoport egészének dinamikája mellett – a csoporttagokban zajló folyamatok beazonosítására, az egyéni szintű összefüggésrendszerek modellezésére stb.

A tréning során sokféle csoportvezetői eszközzel találkozhatunk, ám ezek kifejezetten az éppen aktuális csoportfolyamatokat fogják erősíteni.

KIKNEK AJÁNLJUK?

A tréning nem igényel semmilyen előképzettséget!

A képzést mindenkinek ajánljuk, aki

- szeretné kapcsolatait és kapcsolati konfliktusait sokkal tudatosabban működtetni,
- szeretne fejlődni a konfliktusmegoldási stratégiáiban,
- szeretné megvédeni magát az ártó hatású konfliktusoktól,
- emberekkel foglalkozik (pl. pedagógus, segítő foglalkozású, lelkész stb.),
- olyan környezetben tölt el sok időt, ahol gyakran találkozik érthetetlen és megoldhatatlannak tűnő konfliktusokkal.

A tréning lehetőséget nyit arra, hogy akár házaspárok és családok is részt vegyenek azon. (Természetesen ez csak a létszámkorlátokon belül lehetséges.) Ez esetben nemcsak az egyéni folyamataink összefüggéseire, hanem családunk tagjainak rendszerszintű együtt hatásaira is rálátást nyerhetünk, illetve közös változási folyamatot építhetünk fel, amely lényegesen tudatosabb szinergiákat eredményez a közép- és hosszú távú folyamataink megtervezése során.

A RÉSZVÉTELHEZ SZÜKSÉGES KOMPETENCIÁK, FELTÉTELEK

A tréninghez alapvetően semmilyen speciális előképzettség nem kell. Ugyanakkor a csoportfolyamatokba való bekapcsolódás, együttműködés szempontjából előnyt jelenthet korábbi, hasonló szemléletben vezetett tréningtapasztalat. A fejlesztés eredményességét befolyásolják a következő kompetenciák:

- nyílt kommunikáció,
- önreflexió,
- megfelelő önismeret,
- együttműködési készség,
- empátiás készség stb.

A RÉSZVÉTEL FELTÉTELEI

- titoktartás elfogadása,
- a programon való teljes idejű részvétel,
- a mobiltelefon-használat mellőzése a szünetek idején kívül,
- a közösen kialakított csoportkeretek, csoportszerződés betartása.

KIZÁRÓ TÉNYEZŐK

- 16 évet be nem töltött személy,
- 18 év alatt csak szülői-gondviselői beleegyező nyilatkozattal lehet jelentkezni,
- kezeletlen, akut pszichiátria betegség,
- absztinenciára képtelen aktív szenvedélybeteg személy,
- folyamatban lévő pszichiátriai kezelés esetén csak a pszichiáter beleegyezésével lehetséges jelentkezni.

A JELENTKEZÉS MÓDJA

Előzetesen jelentkezni a Facebook-on vagy a ferenczi.zoltan.ms@gmail.com e-mail címen lehetséges.

A jelentkezők visszaigazolást kapnak arról, hogy van-e még mód a jelentkezésre. (Sajnos előfordul, hogy egy-egy ilyen jellegű tréning esetében a rendelkezésre álló helyek hamar betelnek.) Abban az esetben, ha valaki lemarad erről a tréningről – és ezt kéri –, egy másik időpontot, vagy hasonló témájú képzést ajánlunk neki.

A jelentkezés időpontja az összeg átutalásának időpontjával egyezik meg. Ekkor történik meg a jelentkezés véglegesítése is.

TRÉNING HELYSZÍNE, IDŐTARTAMA ÉS AZ ALTERNATÍV COVID IDŐPONT

A tréning időpontja 2021. november 19-21.

A tréning pénteken pontos kezdéssel, 13.59 perckor kezdődik.

A tréning időtartama a következő:

pénteken 14.00-18.00 óra

szombat 09.00-18.00 óra

vasárnap 09.00-16.00 óra

Alternatív Covid-időpont

A vírushelyzet váratlan fordulatait kivédendő, változatlan tartalommal alternatív Covid-időpontot is megjelölünk arra az esetre, ha a tréning a hatósági zárlat miatt meghiúsulna. Ez 2022. március 4-6.

KEDVEZTMÉNYEK ÉS JELENTKEZÉSI DÍJAK

Október 10-ig 35.000 Ft

Október 31-ig 43.000 Ft

November 12-ig 50.000 Ft

November 12 után 65.000 Ft

A jelentkezés a tréning részvételi díjának befizetésével realizálódik. Jelentkezni Messengeren vagy e-mailen (ferenczi.zoltan.ms@gmail.com) lehet. A jelentkezők itt kapják meg a számlaszámot, és a többi, szükséges technikai információt, illetve itt lehet bővebben érdeklődni olyan kérdésekben, amely nem került tisztázásra.

A jelentkezési díj összege nem csökkenthető a részvétel időtartamának csökkentésével vagy a távolmaradással.

TRÉNINGET VEZETI

Ferenczi Zoltán ~ kiképző tréner, addiktológus, református lelkész