

LJUBEZEN NA TERAPIJI

Dr. Veronika Podgoršek

Positivna psihologija, Ljubljana, 13. 10. 2018











NINA



MARK



ANA



ČRT



ANA



NINA



MARK



NINA



MARK



MEDGENERACIJSKI PRENOS

DRUŽINA KOT SISTEM

VPLOGLED V DRUŽINO NINE









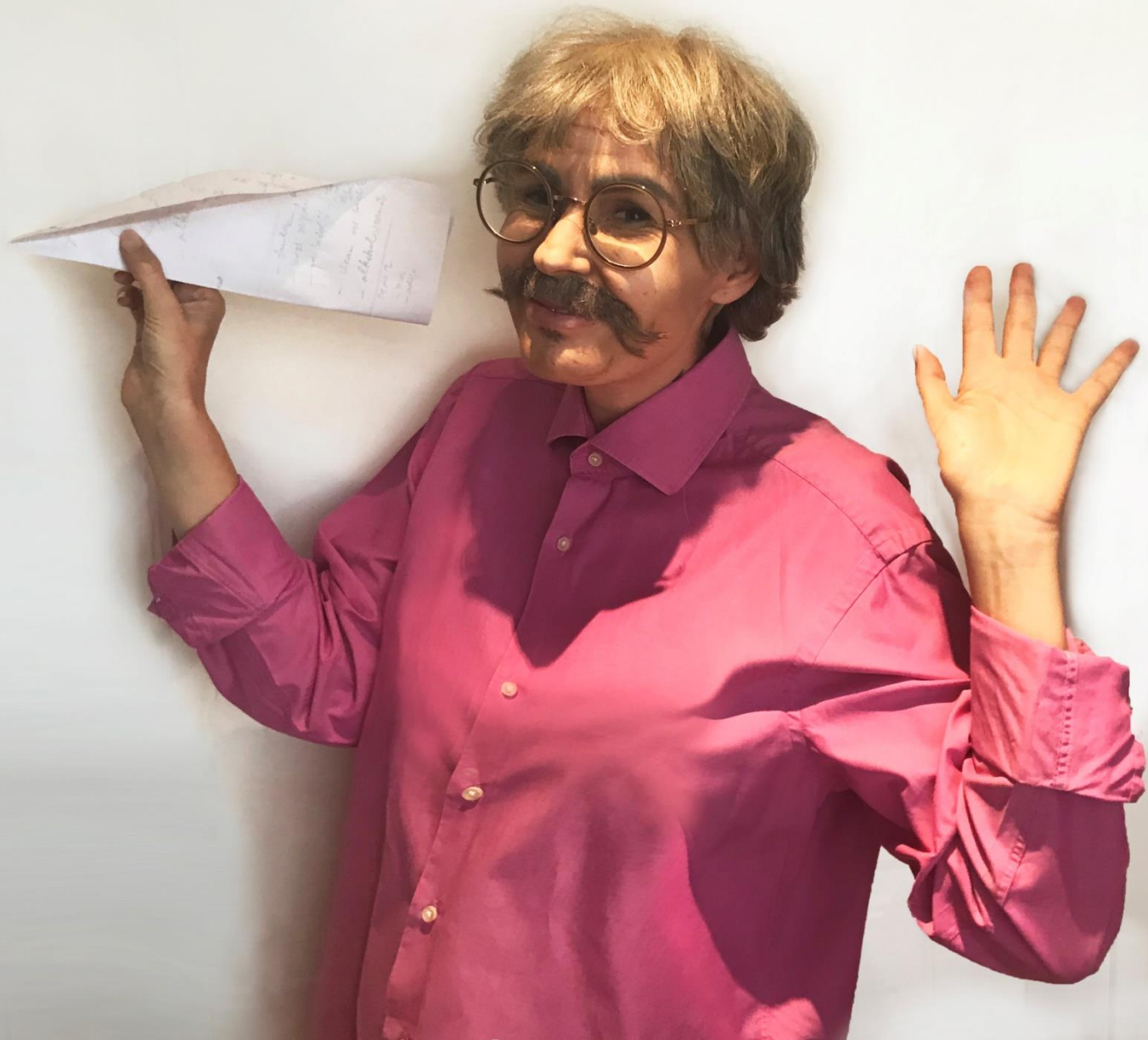


VPLOGLED V DRUŽINO MARKA













TEMELJNI MEHANIZMI

- NEZAVEDNA EMOCIONALNA STANJA (TEMELJNI AFEKTI): poganjajo vso dinamiko in procese v sistemu delovanja po določenem vzorcu
- PROJEKCIJSKO-INTROJEKCIJSKA IDENTIFIKACIJA: vsiljena identifikacija z odtujenimi vidiki pošiljateljevih notranjepsihičnih vsebin
- KOMPULZIVNO OZ. PRISILNO PONAVLJANJE: ponavljanje osnovnih vzorcev in vznik osnovnih afektov.

To vzdržuje:

- OBRAMBNI MEHANIZEM (AFEKTIVNI PSIHIČNI KONSTRUKT) , ki se kaže kot:
 - fobija,
 - zloraba drog ali alkohola,
 - zakonski konflikt.

So: odcepitev, zanikanje, racionalizacija

varuje pred ponovnimi občutki, npr: osamljenosti, prizadetosti, zlorabe, zavrnjenosti, zavrženosti, žalosti, strahu...

- REGULACIJA AFEKTA (reguliranje notranjih impulzov vsakega posameznika: INTRAPERSONALNO, INTERPERSONALNO)

POVEZAVE !?

ENAKI ... TEMELJNI AFEKTI (NEZAVEDNA EMOCIONALNA STANJA):

OSAMELJENOST

ŽALOST

ZAVRŽENOST, ZAMENJANOST

NE-DOVOLJ-DOBROST

GNUS

RAZLIČNI ... OBRAMBNI MEHANIZMI (AFEKTIVNI PSIHIČNI KONSTRUKTI):

ODMIK

ZAKONSKI KONFLIKT

ALKOHOL

AFERE

„PRIJATELJI“

DROGA

STROGOST

PRIJAZNOST

VESELJE

ZANIKANJE

USTREŽLJIVOST

PROJEKCIJSKA IDENTIFIKACIJA:

JEZA V HČERKO

OBČUTEK NESPOSOBNOSTI (MAMA MARKA) V MOŽA (OČE OD MARKA)







KAKO NAPREJ?

- KDO SEM?
- KAJ SEM?
- OD KOD PRIHAJAM?

PREPOZNAM - RAZUMEM – SPREMENIM
TEMELJNE VZORCE ODNOSOV

VESELJE



ŽALOST



JEZA



STRAH,
TESNOBA



GNUS



SRAM



DOBIMO...

- BOGATEJŠE DOŽIVLJANJE IN RAZUMEVANJE SEBE IN DRUGIH
- VEM, KAJ ČUTIM IN ZAKAJ
- VEM, KAJ JE MOJEGA IN KAJ PRIHAJA OD ZUNAJ
- VEM, KAJ SI ŽELIM IN TO IZRAZIM
- SVOJE ŽIVLJENJE V SVOJE ROKE
- BOLJŠO PRIHODNOST NAŠIH OTROK

IN KJER SE SREČATA DVA IN DELUJETA V DOBRO DRUG DRUGEGA ...

MIRNOST DUŠE



LJUBEZEN



VREDNO JE IN ZASLUŽITE SI,

„KER NIHČE NE MORE ŽIVETI

NAMESTO VAS“ !!!

A close-up portrait of a woman with short, styled blonde hair, blue eyes, and red lipstick. She is looking slightly to the left. A small tattoo is visible on her neck. She is wearing a white top and a small floral earring.

HVALA!

Dr. Veronika Podgoršek