

Pillanatok a Rogers Központ életéből

Tartalomjegyzék

Tartalomjegyzék	1
Beköszöntő	1
Témacsoport a COVID hatásairól	2
Interjú Klein Dáviddal és Pilz Fannival, a pécsi CCC szervezőivel	3
Program-ajánló	10
Online encounter csoportok	10
Encounter Napok 7.	11
CCC – Nemzetközi Személyközpontú Találkozó	11

Beköszöntő

Az elmúlt időszak kicsit hosszabbra tolódott, mint terveztük, mert amikor 1 évvel ezelőtt létrehoztuk a Rogers Központon belül az újságot, akkor azt terveztük, hogy évente 3-4 számot jelentetnék meg. Igazából, mivel ez lett a 4.szám, azért ezt a tervünket sikerült tartani, de az utóbbi időszakban nehezebben tudtuk a szerkesztőséggel összeegyeztetni a találkozásokat. Hogy kicsit a kulisszák mögé is bevezesselek benneteket, az újság és maga a teljes Rogers Központ szinte kizárólag önkéntes alapon működik, így a 'főállásaink' mellett próbálunk időt szentelni az újság és egyéb RK-s események szervezésére. Emellett pedig, próbáljuk élvezni is azt, amit itt csinálunk, mivel ez mégsem a megélhetésünk érdekében történik, hanem egy közös ügy, a személyközpontú szemlélet népszerűsítése céljából.

A mostani számban szerveztünk egy beszámolót egy témacsoportról, amelyben a pandémia hatásáról és főleg, annak tanulságairól beszélgettek a csoport tagjai, erről készült egy írás Magdi tollából.

A magyarországi személyközpontú közösség egyik legjobban várt nyári elfoglaltsága a CCC 2021 (Kultúrák Közötti Kommunikáció), amely immár 12. alkalommal kerül megrendezésre, és stábunk interjút készített az esemény két főszervezőjével, Pilz Fannival és Klein Dáviddal. Elfogult vagyok, de nagyon jó volt hallgatni, hogy Fanni és Dávid ennyi év szervezés után is milyen jól megőrizte a lelkesedését..

Állandó rovatunk, a személyközpontú események programajánlója is része ennek a számnak is, és végre egy kicsit el is kezdtek újra beindulni az események, többek között

megindulnak a régi helyszíneken a keddi encounter csoportok, és az RK aktívan készül megszervezni az Encounter Napokat október végén.

A szerkesztőkkel közösen felmerült bennünk, hogy még mélyebbre ássuk magunkat az újság víziója, jövőképe kapcsán és ez a munka részünkről már el is kezdődik, de ebbe a folyamatba szeretnénk bevonni az olvasókat is, hogy felmérjük, mire lenne számukra igény.

Leljétek nagy örömötök a következő számunkban.

István

Témacsoport a COVID hatásairól

Hogyan változtatta meg a járvány az életemet?

Van olyan változás, amit meg szeretnék tartani a járvány után is?

Hogyan szeretnék élni a járvány után?

Március utolsó keddjén összejött vagy húsz ember, hogy a fenti kérdések kapcsán együtt gondolkodjon. Olyan sokat panaszkodunk a járvány következtében előállt helyzet negatív, nehezen elviselhető hatásai miatt, hogy most szervezőként szerettem volna arra ránézni, hogy vajon van-e ennek az éremnek másik oldala is. Az életünk kényszerű megváltoztatásának vannak-e pozitív hatásai, amiket esetleg szívesen megtartanánk a járvány elmúltával is. Emellett nyitott voltam bármilyen, akár pozitív, akár negatív élmény befogadására. Sokféle tapasztalat, szempont, nézet került elő a beszélgetés során.

A csoport egyik tagja arról számolt be, hogy megkapta a COVID-ot, súlyos testi és lelki traumát élt át, a tehetetlenség, gyász, a megváltoztathatatlan elfogadásának érzéseivel, és a krízisen való túljutást szinte újjászületésként élte át. A trauma valami pozitív fejlődést indított el benne. Jobban értékeli az életét, mint korábban és megtesz dolgokat, amiket korábban nem.

Sok ember számára a mostani időszak egyik nagy nehézsége, hogy sokat van egyedül, és hiányzik neki a korábbi, sok találkozással teli, nyüzsgő élet. A beszélgetés során többen számoltak be arról, hogy számukra az egyedüllét ajándékot is jelentett, közelebb kerültek önmagukhoz, szorosabbá vált a kapcsolatuk magukkal. Ez a magunkba zártság nehézzé is válhat amikor azt éljük át, hogy nincs tér a találkozásra, nem tudom magam kifejezni.

A bezártság felerősítette a személyes kapcsolatok értékét, a sokféle, futó külső kapcsolat helyett nagyobb hangsúlyt kapott a család, és a betegségekről, halálesetekről szóló hírek felhívták a figyelmünket arra, hogy el is veszíthetünk számunkra fontos embereket, és ha kapcsolatba akarunk lépni velük, azt legjobb ma megtenni.

Arra is tanított minket ez az időszak, hogy megengedőek lehetünk magunkkal. Egy ilyen hirtelen ránk szakadt rossz helyzetben az is rendben van, ha rosszul érezzük magunkat. Ugyanakkor együtt vagyunk mindannyian ebben a nehézségben, és bár sokaknak sokszor alig elviselhető összezártságot is jelent ez, túlélni úgy tudjuk, ha nem csak magunkat, de egymást is segítjük ebben.

Felmerült a beszélgetés során az az érzés is, hogy valami olyat élünk most át, amit a világnak ezen a részén már nagyon régen nem tapasztaltak az emberek. Nem biztos, hogy korábbi tapasztalataink megbízható támaszt jelentenek ebben, valahogy úgy, mint amikor valaki, aki eddig csak tóban vagy medencében úszott, bemerészkedik egy sebes sodrású folyóba. Ha át akar érní a szemben lévő partra, nem úszhat egyenesen a kiválasztott pont felé, mert akkor a sodrás messzire viszi a céljától. Új tudásra, új készségekre van szüksége, ha ebben a helyzetben boldogulni akar.

A beszélgetésben egyszerre volt jelen a helyzet nehézsége és az, hogy mire tanított meg minket ez a helyzet. Kérdés, hogy amit most tanulunk, tovább visszük-e, és hasznosul-e számunkra és a következő generációk számára.

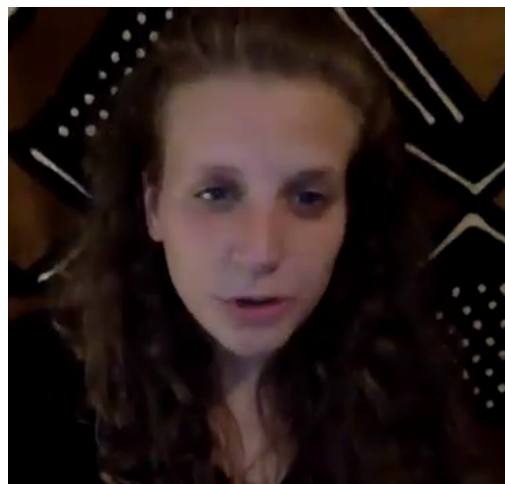
Draskóczy Magda

Interjú Klein Dáviddal és Pilz Fannival, a pécsi CCC szervezőivel

Interjú Klein Dáviddal és Pilz Fannival, a pécsi CCC szervezőivel **2021. június 6-án**
Jelen vannak: *Klein Dávid, Pilz Fanni, Draskóczy Magda és Gulyás István*



Klein Dávid



Pilz Fanni

Dávid: Dávid vagyok, Klein Dávid, és én nem vagyok pszichológus, nagyon sokan pszichológusok a környezetemben, a CCC környezetében, én filozófiát tanultam, de az édesapámon keresztül csöppentem bele ebbe az egészbe. Kicsit azt is mondhatnám, hogy ennek az emberkísérletnek az alánya voltam, mert ugye a szüleim révén tulajdonképpen ilyen szellemiségben nevelkedtem, ilyen szellemiségben nőttem föl. Erről azt szoktam mondani, hogy ez a nagyon szabad szellemben felnövekvés ez ilyen nehéz kenyér, de nekem megérte. Tehát nekem kellett kitalálnom, hogy mi az, ami fontos nekem, hogy mik az

értékeim. Az összes vargabetűt végig kellett járnom, de végül mindent amit megtanultam, vagy nem tanultam meg, azt a magaménak érezhetem. És a CCC-be pedig úgy csöppentem bele, hogy az édesapám már régebben is nagyon sokat mesélt a '84-es, '86-os találkozókról. Még nekem is vannak emlékeim, hogy akkor már tizenéves voltam, amikor '86-ban ott voltam a nagy csoportban, és van róla emlékem, hogy ott körbenézek, és olyan furcsa, hogy mindenki jön, kedvesen mosolyog, és hallgatnak, nem mondanak semmit, nem csinálnak semmit, én meg elkezdek beszélni, mert arra inspirál ez a légkör, hogy elkezdjek beszélni. Tehát ilyen gyerekkori emlékeim vannak. És persze sokat meséltek erről az egészeiről. Aztán sok évet előre ugunk, 2008-ban azt mondta az édesapám, Klein Sándor, hogy 2009-ben csináljuk meg a a 25 éves évfordulót. Élesszük fel hamvaiból ezt a valamit. És én azt mondtam, hogyha ez nem ilyen nosztalgia buli lesz, hogy összejönnek a régi CCC-sek és arról mesélnek, hogy régen milyen szép és jó volt, hanem valami valid dolgot tudunk csinálni itt és most 2009-ben, akkor benne vagyok. Egy évig szerveztük, és egy év után 2009-ben Szegeden indult el az újkori CCC mozgalom. Azóta lényegében évente megszervezzük ezt a valamit. 2011-től a Pécsi Tudományegyetem ad otthont a találkozóknak. A szervező az Edge2000 kiadó, ami a kis családi könyvkiadónk. És egy ilyen kis lelkes önkéntes szervező csapat szervezi magát a találkozót is. Tehát nem csak a találkozó zajlik ilyen szabad és organikus légkörben, hanem azt gondolom, hogy a mi identitáskeresésünk és a szervezés is egy ilyen folyamat.

Fanni: Pilz Fanni vagyok, pszichológus vagyok, de annyira azért nem nyúlik régre a történetem, mint Dávidnak, én '86-ban még nem éltem, úgyhogy még nem tudtam ott lenni. Azt hiszem, hogy Rogers-szel, az ő nevével akkor találkoztam, amikor az öcsém a Rogers iskolába került, akkor nyilván még tíz évesen nem értettem, hogy ez micsoda, de egyértelmű volt, hogy Rogers az van. És amikor a pszichológiára kerültem, akkor nekem Szummer Csaba több tárgyat is tanított, és nyilván azon kívül, hogy megtanította ezeket a tárgyakat, három téma mindig benne volt minden előadásában és gyakorlatában, és az egyik a CCC volt. Körülbelül hét éve kerültem be először önkéntesként a CCC-re, és utána meg egy idő után elkezdtem én is kicsit jobban beleállni és komolyabban szervezni. Úgyhogy egyelőre most így itt vagyok.

Magda: Az az érzésem, hogy mindenképp a CCC lesz most az interjú középpontjában. Mit mondanátok erről, ha be akarnátok mutatni.

Dávid: Szerintem az egyik legnagyobb kihívás CCC-vel kapcsolatban, hogy nagyon nehéz, minden ilyen erős, pontos élményről nagyon nehéz mesélni. Nyilván ezerszer elcsórtuk már szegény Weörestől ezt a hasonlatot, de az ehetetlen héját tudjuk odaadni. El tudjuk mesélni, hogy körben ülünk, el tudjuk mesélni, hogy non-direktív csoportban vagyunk, stb. El tudjuk mesélni az egésznek a vázát, de azt az élményt, amit átélünk, nagyon nehéz szavakba önteni. Én azt szoktam mondani az ismerőseimnek, barátaimnak, amikor csábítani akarom őket, hogy olyan sok mindent láttam már az életben, olyan sok érdekes dolog történt velem, és ez mégis meg szokott rendíteni. És hátha erre felfigyelnek. Úgyhogy ez mégis fontos számomra.

Egyébként én nagyon szeretem, általában nem csak az encounter élményt, kifejezetten kezd számomra kibontakozni egy határozott arculat, ami ránk jellemző, a magyarországi CCC találkozókra. Ebben benne van az, hogy vannak fiatalok, ezt sokszor kiemelik például az idősebb külföldi résztvevők, hogy milyen jó, hogy nálunk vannak fiatalok, hogy nagyon

erős bennünk a szándék hogy nyissunk egy csomó olyan csoport felé, ami jellemzően nem jelenik meg ezeken a találkozókön nemzetközi szinten, komolyan vegyük hogy a segítő foglalkozásúak jönnek el, és ha lehet, akkor jöjjenek tűzoltók is, meg orvosok is, meg nem tudom, ne csak főleg pszichológusokból és néha tanárokból toborzódjon a közönség. Úgyhogy persze, hogyha le akarjuk írni, hogy mi történik, akkor azt is el kell mondani, hogy egy héten keresztül 100-150 ember kis- és nagycsoportos szettingben megpróbált encounterezni. A kis csoportoknak vannak facilitátorai, a nagy csoportoknak is úgy gondoljuk, hogy vannak facilitátorai, de az már nehezebb kérdés. És egy nagyon-nagyon intenzív 32 óra önismereti csoportélményt ad a találkozó, tehát ez egy nagyon-nagyon intenzív hét. Nyilván nem ez a jó reklám mondat, de egy kicsit ilyen módosult tudatállapotra emlékeztet az, amikor egy hét után kijövök. Sokkal érzékenyebb vagyok, és őszintébb is tudok lenni. Jobban megmondom a tutit, de ugyanakkor igyekszem odafigyelni arra, hogy körülöttem kik vannak, és ők milyen állapotban vannak. Én ezt szoktam átélni.

Fanni: Tök jól elmondtad így a kereteit, úgyhogy erről én többet nem beszélnék, inkább azon gondolkoztam, hogy nekem mit jelent. Egy picit én kettéválasztanám. Az egyik az az, hogy az encounterrel hogy vagyok, a másik pedig a CCC. Nem régen voltam egy önismereti csoporton, az nem encounter volt, másfajta önismereti csoport, és ott azt mondta a csoport vezetője, hogy azért is izgalmas csoportban lenni, mert több felelősségünk van, mint mondjuk egy egyéni folyamatban, itt most nem csak rajtam van a fókusz, hanem ez egy csoport, ahol mindenki ugyanúgy a tagja, és hogy nem egy valakin van a fókusz, vagy hát a figyelem. És egy picit azt vittem tovább, vagy azon gondolkoztam, hogy ez tök jó, és hogy értem, és hogy az encounter, nekem egy fokkal még tovább megy ennél azzal, hogy itt nem a csoportvezető, a facilitátor mondja meg, hogy ha valaki már sok, vagy hogy ha már túl sokat beszélt, vagy nagyon elárasztó, hanem itt a mi felelősségünk, a csoport felelőssége az, hogy ezt valahogy kiizzadjuk magunkból, vagy valahogy helyrerakjuk. És nekem ez nagyon fontos. És persze nagyon fontos az empátia, meg a hitelesség, meg a feltétel nélküli elfogadás, de valahogy ez az, ami miatt én igazán jól érzem magam az encounter csoporton, hogy azáltal, hogy nem annyira direktív, mint más direktív csoportok, ezáltal megkapom azt a felelősséget, hogy a határaitam kipróbálhassam, vagy hogy megnézhessem, hogy hogyan tudom, meddig tudok elmenni, mi az, ami bántó, mi az, ami nem. Hogy lehet szólni a másoknak, hogyha zavaró. Ezek nekem fontosak, és az is fontos, hogy ez nem strukturált. Azt hiszem, hogy ez talán egy olyan műfaj, ami valakinek szabadságot ad, valakinek inkább nem annyira komfortos, vagy egy picit nyomasztó. Én nagyon szeretem. És a CCC-ről meg valami hasonlót akartam mondani, mint amit a Dávid mondott. Amikor szoktam beszélgetni a barátaimmal arról, hogy ez micsoda, azt tudom mondani, hogy egy nap van 6 óra olyan idő, amikor csak magamra és a másokra figyelek nagyon intenzíven. A többi időben mondjuk eszünk, alszunk, vagy együtt beszélgetünk, meg bulizunk a kertben. Ez annyira intenzív, és annyira behúz arra a hétre, hogy a végén úgy jövök ki, hogy ezt ki kell pihenni elég rendszeren. Azt is nagyon szeretem, hogy egy koncentrált helyen van ez az egész, és nem nagyon van ott más, nem érzem úgy igazán a külvilágot. Úgyhogy nekem ez a koncentráltóság, meg a szabadság az, ami nagyon fontos benne.

István: Én azt szeretném kérdezni, hogy ez mennyire inkluzív. Tehát, hogy meséltétek, hogy főleg pszichológusok, akik jönnek, de ha valaki úgy dönt, hogy érdeklődik ez iránt a szemlélet iránt, és jelentkezik, annak láttok valami akadályát?

Magda: Nem, sőt, még jobban örülünk, ahogy Dávid mondta.

Dávid: Szándékunk szerint, szívünk szerint abszolút nem, sőt ez egy olyan érték, amit szeretnénk erősíteni, megtartani, felmutatni, képviselni. A gyakorlatban persze nem vagyunk elég ügyes marketingesek, és sokkal több csatornát kéne kihasználnunk, hogy a híre eljusson az emberekhez. Szándékunk szerint mindenképpen nagyon is inkluzívak vagyunk.

Közben ezen a tizenkét éven gondolkoztam, 2009 óta azért ez nagyon hosszú idő, és egyfelől fantasztikus érzés, hogy egy ilyen élőlényt felnevelgettünk, és ez így magától alakul. Ugyanakkor azon gondolkodom, hogy milyen veszélyeket rejt a 12 év. Azt gondolom, hogy egy ilyen csoportra, egy ilyen eseményre két veszély leselkedik. Az egyik az, hogy a játékszabályok dogmatikussá válnak. Elkezdünk bizottságokat felállítani és szavazni, és nem tudom micsoda. A másik veszély pedig az, hogy szektává válunk. Szoktak olyan mondatokat mondani, hogy nem tudom megmondani, hogy mi történik itt, de ez valami nagyszerű dolog. Mint aki megvilágosodott, vagy aki egy szektába került. Nagyon nehéz a kettőt szétszálazni. És én imádom a CCC-ben, kifejezetten ebben a mi 12 éves CCC gyermekünkben, hogy rendkívül reflektív, kritikus tud lenni. Tehát folyamatosan reflektálunk arra, hogy hol tartunk. Azt gondolom, hogy ez az egyetlen dolog, ami ettől a két buktatótól megmenthet minket, attól, hogy a szabályaink dogmatikussá váljanak, vagy hogy szektává váljunk. És ezt fontosnak érzem.

Fanni: Egyébként István még az előző kérdésedhez visszatérve, én nem látom azt, hogy ez ne lenne inkluzív, mert például akár más, más hasonló hetekhez, vagy napokhoz képest ezt kevésbé érzem valami olyannak, amit csak a pszichológusok érthetnek, mert ők értik a szaknyelvet. Elméleti kifejezésekkel, meg Rogers tanaival konkrétan így nem dobálózunk a csoportokon, hanem sokkal gyakorlatibb, filozofikusabb, érzelmekkel foglalkozó kérdések vannak terítéken, akár a kisebb, akár a nagy csoportban.

Magda: Ezzel kapcsolatban jutott eszembe. Volt olyan, aki valahogy kizáródott, kilöködött egy ilyen hétről?

Dávid: Kizáródott, hogy zártunk-e ki valakit? Erre még nem volt példa, hogy bárkit is kizártunk volna. Más kérdés, hogy közben kialakult egy ilyen bölcsék tanácsa, vagy nem is tudom, egy ilyen szenior tanácsadó szervezet a CCC-n belül, és meghatároztunk minimális mennyiségű alapkövetelményt a facilitátorokkal szemben. De ezek tényleg minimálisak. Résztvevőt nem küldtünk el még.

István: Azt megkérdezhetem, hogy maga a szervezés is személyközpontú-e, ahogy csináljátok? Tehát maga a szervezőbizottság, vagy a szervezők, ha létezik ilyen?

Fanni: Hát igazából a kérdés az, hogy egy ilyen szervezői meetingen hogy definiáljuk a személyközpontúságot. Együtt hozunk döntéseket, odafigyelünk egymásra, meghallgatjuk egymást, így igen, de mondjuk nem egy encounter csoport keretében találjuk ki a következő évi szállást. Tehát, nem érzem, hogy nem hasonló módon viszonyulunk egymáshoz, mint mondjuk lenn a CCC-n.

István: Nekem még az jutott eszembe, hogy az idei év jelent-e bármi változást a szervezésben?

Dávid: Én egyébként örülök a kérdésnek, hogy a szervezés maga személyközpontú-e, és azt gondolom, hogy annyiban igen, hogy érzelmileg involváltak vagyunk, hogy kevés a protokoll arra vonatkozóan, hogy hogyan működünk, megbeszéljük a kérdéseket, és konszenzusra jutunk. Én nem emlékszem szavazásra, kivéve a dátumokkal kapcsolatban, hogy mikor legyen a szervezői találkozó azt szavazással döntjük el, de egyébként nem emlékszem, hogy valaha is szavazgattunk volna, hanem megbeszéljük a dolgokat, és konszenzusra jutunk. És amikor egy ilyen erős dolog történik körülöttünk, mint a pandémia, akkor ez nyilván beszivárog érzelmileg, próbáljuk a saját felelősségünket átélni, hogyan tudunk lehetőséget biztosítani a találkozásra, mert érezzük, hogy az embereknek szüksége van rá, nekem is szükségem van rá, de ugyanakkor hogyan tudunk felelősek lenni, Nagyon jó, amit Fanni mondott, hogy egy ilyen izolált kis buborékban vagyunk, és ebben az izolált buborékban néha azért mégiscsak betüremkedik a külvilág, és ami a külvilágból ilyenkor terítékre kerül, az mindig felerősödik. Nyilván most nagyon kíváncsi vagyok arra, hogy a pandémia hogyan fog terítékre kerülni az idei CCC-n augusztusban, de nem tudom elképzelni, hogy ne beszéljünk róla.

Fanni: Közben meg egyébként azt tapasztaltam a múlt évben, hogy azért nem ez volt a központi téma, ami körül minden szerveződött. Picit olyan volt, mintha elég lett volna ez az elmúlt fél év, és most éppen nem csak a vírussal szeretnénk foglalkozni inkább saját magunkkal.

Magda: Ez a CCC a nyolcvanas évekig egy nagyon nemzetközi, egyértelműen nemzetközi találkozó volt. Mennyire sikerült ezt megtartani?

Dávid: Nagyon örülök a kérdésnek, Magda, és még ki is terjeszthetnénk a kérdést azzal, hogy egyáltalán miért hívnak minket CCC-nek, vagy miért tartottuk meg a Cross Cultural Communication találkozó elnevezést. Először az alapkérdésre, fontos nekünk, hogy egy nemzetközi találkozó vagyunk, és igyekszünk ellenállni azoknak a kezdeményezéseknek, hogy például legyenek külön csak magyarul beszélő csoportok. Ez része a kommunikáció nehézségének és szépségének, hogy az emberek egy része ilyen nyelvet beszél, más része olyan nyelvet beszél, hogy megpróbáljuk megérteni egymást, és ennek az is része és gátja, hogy nem ugyanazt a nyelvet beszéljük néha. Ezzel együtt nyilván nem vagyunk annyira nemzetköziek, mint '84-ben, '86-ban. Akkor ennek volt egy olyan plusz üzenete, hogy a vasfüggöny két oldaláról jövő emberek találkoznak és összegyűlnek, és ez a kultúrák közötti kommunikáció, ez egy ilyen kelet-nyugat közötti kommunikáció is volt. A nevet részben persze hagyománytiszteletből tartottuk meg, de részben azért is, mert olyan sokféle olvasata van ennek a kultúrák közötti kommunikáció nemzetközi találkozóknak, hogy a hagyománytisztelet mellett ennek szerintem ma is van üzenete. Kevés a külföldi, jóval több külföldinek kéne lennie. Jó lenne eljuttatni külföldi szervezetekhez a hírt. Én idén azt gondolom, hogy egy kicsit nehéz helyzetben vagyunk, mert magyarok is nehezen terveznek egy hetet, de külföldiek Magyarországra utazással nagyon hadilábon állnak most.

Fanni: Én pont tavaly éreztem ezt meg nagyon erősen, amikor a vírus közepén nem nagyon voltak, illetve úgy emlékszem, hogy hárman jöttek el külföldiek És nekem hiányzott nagyon személy szerint az, hogy valahogy nagyon más szint hoznak be a külföldiek egy csomó térbe. Az összes témacsoport nagyon más lesz Meg egyébként a CCC, mivel nemzetközi, ezért mindig fordítunk a csoportokon, a kis csoportokon és a nagy csoporton is.

Ez nyilván ütközik nehézségekbe is, de ennek a folyamatként valahogy azt nagyon szeretem, hogy viszont ez azt jelenti, hogyha én kimondok valamit, annak van súlya, mert azt meg fogják ismételni angolul, mert azt még egyszer elmondják. Tehát, hogy itt ugye egy dolog kétszer hangzik el egy csoporton, és valahogy jobban át lehet gondolni, tömörebben tudok fogalmazni.

István: Ami engem nagyon érdekelne, az maga a személyközpontú szemlélet, és hogy hogyan lehet kifelé erről beszélni, de úgy érdekelne mindkettőtök részéről, hogy maga ez a szemlélet mit jelent nektek. Mesélnétek már el, hogy nektek egyébként mit jelent maga ez a szemlélet.

Fanni: Azt gondolom, hogy én is ebbe nőttem bele nagyjából, csak ez nem volt olyan nagyon tudatos a szüleim részéről, igazából nekem is nehéz másban gondolkozni egyfelől. Másfelől most, amikor úgy két éve járok a személyközpontú képzésre, azt hiszem, hogy jobban értem. De az, ahogy összességében a világban vagyok, az úgy nem változott gyökeresen. Picit valami olyat, hogy nekem addig van szabadságom, amíg másokat nem sértek meg, és van benne valami olyasmi is, hogy amikor ott vagyok valahol, akkor ott viszont nagyon figyelek, akkor abban úgy nagyon benne vagyok. Próbálok nagyon átvenni azt, ami éppen akkor az aktuális pillanatban, meg az aktuális helyen történik.

Dávid: Én csak ismételni tudom azt, hogy nálam személyközpontú szemlélet erősen összekapcsolódik a felnőtté válás fogalmával. És érdekes, hogy van egy személyes és van egy kicsit ilyen elméletibb oldala ennek az éremnek, hogy talán gondolhatunk így a személyközpontú megközelítésre, mint a felnőtté válásra úgy általában, szabadon kibontakozni és felelősséget vállalni azért, aki vagyok, felelősséget vállalni a boldogságomért, felismerni, hogy mi az, amiért nem tudok felelősséget vállalni, megbízni a folyamatban, és az én felnőtté válásomban pedig nyilvánvalóan ez az ezzel való kísérletezés, hogy ki vagyok, mi az identitásom, hol a helyem a világban, és ezeknek a vargabetűknek a végigjárása, és az a választás, hogy vagy lealacsonyítom a világot a félelmeim szintjére, vagy igyekszem fölnőni ehhez a félelmetes és nagyon-nagyon szerteágazó és gyönyörű szép világhoz. Nagyon hosszú ideig tart, ezt tudom mondani. Tehát sosem próbáljuk azt mondani, hogy ez könnyű, vagy mindenkinek jó lesz. A CCC-ről sem. És miután még mindig dolgozom ezen a felnőtté válás dolgon, ezért magára a felnőtté válás folyamatára sem tudom ezt mondani, hogy könnyű és gyors, de végül megéri.

Fanni: Igen, még az jutott eszembe, ami nekem nagyon fontos, és amit gyakorlok folyamatosan, és amiben még van hova fejlődnöm, hogy hogy lehet úgy egymással lenni, hogy egyszerre vagyok nagyon a másikkal egyszerre vagyok empatikus, de a másik oldalról pedig az én szükségleteim, az én igényeim és az én gondolataim, is megjelennek, és az egyik se üsse ki a másikat, egyik se legyen túl erős, egyik se erősödjön fel annyira, hogy az a másik kárára menjen. Úgyhogy nekem ez nagyon fontos ebben a szemléletben, vagy ez az, amit sokat gyakorlok, próbálkozom gyakorolni.

Dávid: Én szeretem azt a zavart, azt az inspiráló, furcsa nyugtalanságot, amit valaki átél akkor, hogyha egy személyközpontú csoportba csöppen bele. Ugyanis nem lehet megmondani elsősre, hogy itt tulajdonképpen mi történik, azt semmiképpen nem lehet megmondani, hogy ez egy személyközpontú csoport. Ha a csoportot megkérdezzük, hogy ez micsoda, akkor lehet, hogy valaki azt fogja mondani, hogy ez egy személyközpontú csoport, lehet, hogy valaki azt fogja mondani, hogy szerintem nem. És ez egyedülálló ebben

a megközelítésben. És valahogy ebből a nyugtalanságból ki szokott nőni valami olyasmi, ami mégiscsak táplál minket. Vannak, akik a nagy csoportra jönnek és vannak akik inkább a kicsire. Én mind a kettőt nagyon szeretem, de a nagycsoportban fantasztikusnak tartom azt, hogy mint egy elme, ha elég nagy a csoport, akkor olyan sok agysejtből áll ez az elme, és valaki biztos, hogy figyelni fog rám, és valaki biztos észrevesz valamit, amit én nem vettem észre, és ez egy kicsit csoda szinten van már. Tényleg úgy működik, mint egy organizmus.

Fanni: Igen, nekem most még az jutott eszembe, a csoporttal kapcsolatban, meg a szemlélettel kapcsolatban is, az a kép jutott eszembe, hogy sok buborékban ott ülünk, és át tudunk menni egymás buborékába, és tudunk egymásnak valamit adni, segíteni, támogatni, kritikát megfogalmazni, egy csomó mindent, de egyik buborék sem tud a másikká válni, tehát azt eldönteni saját magam helyett, hogy nekem mi lenne a legjobb, azt senki nem fogja tudni. És ez elég hamar világossá vált, azt hiszem, egy pár encounter csoport után, ami nekem egy tök fontos üzenet volt még régebben.

Magda: Sokszor mondják pszichológusok, klinikusok, hogy ennyi embert válogatás nélkül összeereszteni és intim helyzetbe hozni, ez veszélyes. Lehet, hogy valaki kiborul, valaki pszichotikus lesz. Van bennetek ilyen félelem?

Dávid: Először mondom a sterilebb, a szervezősebb választomat, és aztán mondom az érzelmeimet ezzel kapcsolatban. A steril válasz az, hogy természetesen ez nem egy terápiás valami, ide egészséges emberek jönnek saját jószántukból azzal a céllal, hogy valamit megtudjanak magukról, egymásról, találkozzanak, és veszélyesnek veszélyes annyira, amennyire általában az emberi kapcsolatok veszélyesek. Mi igyekszünk tájékoztatni az embereket, a kis programfüzetben szépen benne van, hogy nagyon intenzív érzelmi állapotokat élhetsz át ha egy ilyen eseményre eljössz, és ez azt jelenti, hogy akár sérülhetsz és vigyázz magadra, figyelj oda magadra, végső soron felelős vagy a saját érzelmi boldogulásodért. A sejtésem viszont az hogy miközben nagyon intenzív, tényleg van benne egy ilyen figyelem, és talán oka van annak, hogy 12 év alatt azért olyan nagy dráma nem történt. Tehát az előbb mondtam ezt, hogy végül valaki észre fogja venni, vagy a csoport észre fogja venni, hogy valaki, vagy valakik olyasmit csinálnak, ami valaki másnak árt. És akkor ezt megbeszéljük. Kicsit úgy vagyok vele, mint a demokráciával, hogy ennél a folyamatnál, ennél a reflektív, önkritikus folyamatnál jobbat egyelőre én nem látok. Ezzel nem azt akarom mondani, hogy ez veszélytelen, csak azt, hogy még mindig ez a legjobb, ha azt akarjuk, hogy a lehető legtöbb lehetőséget biztosítsuk a résztvevőknek az intenzív, nyers, valódi, erős találkozásra, és arra, hogy lehetőleg biztonságban is legyenek. Tehát én bízom a folyamatban, nem csak olyan értelemben, hogy engem jó értelemben fog építeni, hanem olyan értelemben is bízom a folyamatban, hogy végül is észre fogjuk venni, ha valakinek valami baja van.

Fanni: Én is a folyamatot akartam mondani, és azt a tapasztalatomat, hogy eddig, ahogy ahány kis csoportban voltam, ott azért mind voltak olyanok, akik éppen most az adott pillanatban nem voltak olyan szuper jól. És az a tapasztalatom, hogy mindig minden alkalommal valahogyan meg lehetett tartani őket, meg tudta tartani a csoport és meg tudták tartani a facilitátorok is. Szóval, hogy mind a kettő nagyon fontos ebben az egészben, de nem éreztem magam bizonytalannak ilyen szempontból, hogy itt most annyira el fog szabadulni valami, hogy abból valami nagyon rossz fog kijönni, vagy azt nem fogjuk tudni tartani.

Dávid: Én szerintem két ilyen ígéretet tudunk tenni az embereknek, akik eljönnek. Az egyik az az, hogy teljesen ugyanaz nem lesz többé soha semmi. Valószínűtlen, hogy egyáltalán nem hat rád az egész. Szinte kizárt, hogy egyáltalán nem változol. Lehet, hogy mérges leszel, lehet, hogy szomorú leszel, nem tudom, nem azt mondom, hogy pozitív érzésekkel fogsz távozni, de hogy teljesen közömbös legyél, az valószínűtlen. És a másik hírem, hogy ugyanakkor sajnos a végén vissza fogod kapni saját magadat. Tehát ugyanaz leszel a végén, aki az elején voltál, bizonyos élményekkel fogsz gazdagodni. Tehát egy fókuszpontja van onnantól kezdve az önismereti munkámnak, mert átéltem valamit.

István: Nekem sokszor eszembe jut, amikor beszélgetek emberekkel az encounter élményről, meg az encounter csoportokról, meg magáról a személyközpontú létről. Olyan nehéz beszélni róla, átadni azt az élményt ami ott történik, és amikor ott van valaki akár öt percet is, és átéli, "Hú, erről beszéltetek, ez az az élmény." És szerintetek miért lehet nagyon nehéz szavakba önteni, leírni.

Magda: Én, ha hirtelen válaszolok, azt mondanám, hogy ami történik, nem gondolati szinten történik, de lehet, hogy ti többet tudtok erről mondani.

Fanni: Igen, picit olyan, mintha annyira keveset csinálnánk ilyen egyébként, hogy nehéz mihez hasonlítani, nem tudjuk azt mondani, hogy tudod, olyan, mint amikor hétvégeként összegyűlünk, tudod, olyan, ilyen nincsen igazán.

Dávid: Igen, az a baj, hogyha elmondjuk, hogy tulajdonképpen mit csinálunk, akkor két lehetőség van, vagy azt gondolják, hogy bolondok vagyunk, vagy hogy ez olyasmi, amit egyébként minden héten csinálunk. Szóval ezek szerint leültök rendszerint körbe, és így beszéltek egymással. De hát általában szoktam találkozni a barátaimmal, minden héten leülünk és beszélünk egymással, ez mennyiben különbözik tőle. Tehát ez az egyik lehetőség, hogy ez olyasmi, amit mindig csinálunk, vagy hogy valamilyen bolond szektás dolgot csinálunk. Szerintem abban is van valami, amit Magda mond, hogy könnyű dolog ilyen konceptuális dolgokról beszélni, de itt amit le akarunk írni, az nem illeszkedik a leírás módjához. A nyelvünk alapvetően mégiscsak arra lett kitalálva, hogy ilyen racionális fogalmakkal manipuláljunk. A költészet már talán alkalmasabb rá, és a festészet, de azért ez inkább a periférián helyezkedik el. A nyelv központi témái közé leginkább ilyen racionális dolgok tartoznak. És ez meg inkább a költészet és a vallás környékén helyezkedik el.

István: Látszik rajtatok, hogy nagyon hisztek abban, amit csináltok, látszik rajtatok, hogy ami ott történik, azt nagyon valódinak élitek meg. Minthogyha valami olyan dolog történne ott, amitől extra pozitív érzéseket kapnátok, és ezt ti tudjátok. Erről nehéz beszélni, mert ezt nehéz átadni, ami ott történik. Nektek ez nagyon sokat jelent. Ez nekem így jön át, ahogy most beszélgetünk.

Dávid: Ami még nekem fontos, hogy ez olyan állapot, amivel nem lehet megmaradni 0-24-ben a hét minden napján. Magamat is figyelmeztetnem kell arra, hogy számomra a lényeg mégiscsak odakint van, hogy utána mit kezdek ezzel.

Fanni: Nekem nagyon kettős, egy nagyon erős egyéni és egy nagyon erős közösségi élményt ad. Amikor év közben találkozunk másokkal, akikkel ugyanabban a csoportban vettünk részt, ott is van egy erős szövetség, ami persze máshol is meglehet, de itt biztosan megvan. Szóval mind a kettő nagyon intenzív. Ezt én elég egyedülállónak tartom, vagy legalábbis az én életemben az.

Köszönjük a beszélgetést.

Draskóczy Magda és Gulyás István

Program-ajánló

A járvány csendesedésével ismét el tudjuk indítani a közvetlen találkozásos nyitott encounter csoportjainkat, de megtartjuk az online csoportok egy részét is, mivel az a Magyarországon vagy azon kívül Budapeستől távol élők számára újít találkozási lehetőséget.

Online encounter csoportok

Júliusban az első, második és negyedik kedden online encounter csoport lesz fél héttől kilencig a szokásos zoom felületen. tartunk encounter csoportokat online, a zoom felületen. A harmadik kedden A Szent Margit Gimnáziumban lesz a nyitott encounter csoport.

Augusztusban az első és harmadik kedden közvetlen személyes találkozásra lesz lehetőség, a második és negyedik kedden online csoport lesz.

Részletek és regisztráció a Rogers Központ Facebook oldalán az eseményeknél.

Encounter Napok 7.

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Donec vel tortor commodo orci rhoncus convallis. Nam eu dolor quis nibh malesuada fermentum at eget leo. Sed maximus nunc hendrerit est lobortis lacinia. Donec sit amet tempor nisi, ac rutrum justo. Quisque venenatis posuere hendrerit. Nam vel arcu lectus. Suspendisse et ipsum vehicula ante euismod efficitur quis et diam. Etiam accumsan dictum laoreet. Integer id neque quis nisi venenatis tristique. Donec volutpat interdum lobortis. Praesent ut vehicula tortor. Vivamus cursus et nunc tempor molestie. Ut ipsum tellus, laoreet a dictum quis, sodales quis quam. Nulla facilisi.

CCC – Nemzetközi Személyközpontú Találkozó

2021. augusztus 16-22. Nullam placerat, nisl a imperdiet malesuada, orci lorem mattis risus, eu ullamcorper sapien nisi vel risus. Nunc in ex id tellus imperdiet aliquet. Nulla ultrices metus mauris, vel rhoncus orci tincidunt eleifend. Maecenas justo orci, maximus eget scelerisque et, imperdiet vel libero. Etiam consectetur ante ex, id sollicitudin sem sollicitudin eget. Maecenas rutrum erat magna, at aliquam lorem dictum non. Ut feugiat nunc at magna lobortis condimentum. Suspendisse aliquam dui velit, sed volutpat purus condimentum a.

Draskóczy Magda

Reméljük, újságunkkal örömet okozunk nektek, és aktivitásra, gondolataitok, ismereteitek megosztására serkentünk titeket is. A szerkesztők:

Draskóczy Magda, Gulyás István, Popovics Judit, Vezér Bogi