

Alkalom: Mentálhigiénés Klub

Az előadás címe: Kommunikáció és igazságosság a családban

Helyszín Református gyülekezeti ház, Paks, Templom tér Dátum: 2018. 10. 06.

Vendég: Pál Feri atya

Beszámoló

Pál Feri atya: Kommunikáció és igazságosság a családban

Milyen jól nézel ki ma!!!? Üdvözölte Feri atya ujjongva rég nem látott hölgy ismerősét. És megdöbbenve észlelte, hogyan komorul el és fagy le a mosoly a hölgy arcáról. Feri atya örömét akarta kifejezni, kedveskedni akart! És mi jutott el ebből a hölgyhöz? Lehet, hogy ma jól nézek ki, de egyebként rút és öreg vagyok, mint az országút! Csak leplezem a sminkel, meg mindennel!?

Egy információ eljutása a másik emberhez, soha nem a közlőtől, hanem a befogadótól függ. Benne milyen gondolatokat, érzéseket emlékeket vált ki. Mert egy üzenetnek, egy információnak 3 szintje van, 1. Tényközlés 2. Ézelmi szint 3. Kapcsolati szint. Ez akkor is működik, ha mi nem tartjuk mindig az eszünkben. A hétköznapjaink során mindnyájunk által elkövetett, megélt, ezért jól ismert példákon keresztül beszélt ezekről a szintekről.

Hogyan jelenik meg ez a három szint pl. egy szokványos kérdésben: Hány óra van? - ha férj a megbeszél 8 óra helyett, csak 11-kor ér haza!

Miért nem érti meg a férfi a nőt, a nő férfit. Megismerhettük evolúciós különbségeinket és rejtegetett, vagy fel sem ismert gyermekkori sérüléseinket. Ezek kölcsönös neurotikus allergiát eredményeznek, ami gyógyíthatatlan. És tudjunk róla, hogy minden tartós párkapcsolatban kialakul időszakosan a kölcsönös neurotikus allergia. Önképünk, önismeretünk kiterjesztésével enyhíthetjük a tüneteket, ha önazonosságunk feladása nélkül, elismerjük a társunk, a gyerekeink, a másik ember egyediségét. Legyen evidencia: „Te megengeded nekem, hogy én téged tökéletlenül szeresselek”. Ezzel indulhat el bennem a változás, ami gyógyítja és megtartja a kapcsolatot. Feri atya jelezte, hogy most mentál higiénés szakemberként, és nem papként jött hozzánk. Gondolom ezért nem beszélt az Istennel való kapcsolatáról, kommunikációról, és hatásairól.

Sok mindent megtudhattunk magunkról érzéseinkről, gondolkozásunkról, reakcióinkról, amit családjunkban, kapcsolatainkban megéltünk. Mondataink hogyan csapódnak le!

Éppen ezért biztos töredékes, és elégtelen ez a nyúlfarknyi beszámoló az EFOP pályázat keretében tartott előadásról, amit több mint 150 társammal hallgathattam meg. Mindenkihez más üzenet juthatott el, amin aztán töprenghet, amit forgathat a fejében. Ez az első lépés ugyanis ahhoz, hogy változni tudjunk!

Kíváncsian várom a következő előadást, ami az immunitásunkról és lélekről szól majd.



Paks, 2018. október 08.

Dr. Molnár Klára