

Tisztelt Közgyűlés!

Jelölést kaptam a Magyar EMDR Egyesület elnökhelyettesi tisztjére a következő 2022-2025-ig tartó időszakra, mely nagy megtiszteltetés számomra. Az alábbiakban szeretném tehát benyújtani pályázatom e tisztség betöltésére.

Klinikai szakpszichológus és pszichoterapeuta jelölt vagyok, Budapesten az Egyensúly Pszichoterápiás Rendelőben dolgozom (<http://www.egyensulyrendelo.hu>).

Az EMDR módszer iránt még egyetemi éveim alatt kezdtem el érdeklődni, amikor a szociális szférában dolgozva, elsősorban családon belüli erőszak áldozatainak segítségével foglalkoztam. A szakdolgozatomat is családon belüli erőszak női áldozatainak segítségéből írtam és a szakirodalmat olvasva egyre többször láttam, hogy külföldön régen bevett gyakorlat a poszttraumás stressz EMDR módszerrel való gyógyítása, de itthon akkor még senki sem hallott a módszerről. Elhatároztam, hogy amint lehet megtanulom. 2006-ban részt vettem Dr. Havelka Judit trauma-workshopjain, majd Bécsben látogattam EMDR szemináriumokat, ezt követően pedig elvégeztem az EMDR I. és II. szinteket Budapesten és Belgrádban. 2014 óta vagyok EMDR terapeuta, 2020 óta EMDR facilitátor és kiképző szupervízor.

A Magyar EMDR Egyesület megalakulása, azaz 2013. november óta tevékenykedem elnökhelyettesként, szem előtt tartva annak elsődleges céljait. Ez idő alatt eleget tettem az Egyesület Alapszabálya I. 9-11 I.2.5 a) -o) pontjaiba foglalt feladatoknak, szoros együttműködésben az Egyesület elnökével és titkárával. 2017 óta az Egyesület taglétszáma 78 főről több mint 200 főre növekedett, létrejött egy stabilan működő szervezet, melyben egyre több tag dolgozik aktívan az egyesület céljainak, az EMDR terápia széles körű megismertetésének és magas színvonalának biztosításán, mind az alkalmazásban, mind az oktatásban. Az elmúlt ciklusban az elsődleges célokkal összhangban az Alapszabályban foglaltakon túlmenően részt vettem a következő feladatok végrehajtásában, megszervezésében vagy koordinálásában.

Létrehoztuk az Egyesület Szervezeti és Működési Szabályzatát, amely megadja és átláthatóvá teszi a működésünk kereteit. <https://emdr.hu/az-egyesuletrol/szmsz/>

Kidolgoztuk az ún. kuruzslótörvénnyel kapcsolatos állásfoglalásunkat, így világos és átlátható az is, hogy az EMDR képzés, illetve az EMDR practitioner végzettség, milyen végzettségű szakembernek, milyen jogosultságokat ad. <https://emdr.hu/az-egyesuletrol/torvenyhatter/>

Ebben a ciklusban végre megalakulhatott az EMDR oktatásáért felelős EMDR Intézet, melynek akkreditált tréner Dr. Havelka Judit. A gyermek és serdülő EMDR tréningek megtartására az Egyesület Dr. Bíró Erzsébetet akkreditált trénerként kérte fel. Az EMDR Intézet pedagógiai teamjének tagjaként, facilitátorként és kiképző szupervízorként részt veszek a

felnőtt EMDR képzések, az egyéni és csoportos szupervíziók, valamint a sajátélményű ülések megtartásában.

Az elmúlt években több külföldről jött neves előadó workshopját is megszerveztük, amely lehetővé tette, hogy egyesületünk tagjai tovább mélyítsék tudásukat az EMDR terápiában. Ilyen volt Dolores Mosquera borderline személyiségzavarról tartott workshopja, Asena Yurtsever akut trauma és csoportos EMDR workshopja, valamint Dr. Karsten Böhm OCD gyógyítása workshopja. A képzések előkészítése, az anyagok fordítása, a képzésen történő tolmácsolás, a megfelelő létszámú résztvevő toborzása a tagság aktív, nagyrészt önkéntes munkájának köszönhető, az önkéntes munka koordinálásában és részben elvégzésében is nagy szerepet vállalt az Egyesület teljes vezetősége, tehát jómagam is. A külföldi előadók meghívásának gyakorlatát, -amely lehetővé teszi, hogy tagjaink az EMDR speciális alkalmazási területein is mélyítsék tudásukat – mindenképpen szeretném a továbbiakban is megőrizni.

Az EMDR módszer szélesebb szakmai körrel való megismertetése céljából tartottam egy workshopot a VIKOTE 2017. évi konferenciáján, illetve előadtam a Serdülő és gyermek-pszichoterápia folyóirat 2019. évi konferenciáján. Utóbbi előadásból egy cikk is született, mely a Serdülő és gyermek-pszichoterápia folyóiratban jelent meg és elsődleges célja volt a gyermekterapeuta kollégák tájékoztatása érdeklődésének felkeltése az EMDR terápia lehetősége iránt. Dr. Szigeti F. Judittal tartottunk a Pszichoterápiás Hétvég rangos szakmai programjában egy két és fél napos sajátélmény elemeket is tartalmazó trauma és EMDR workshopot érdeklődő kollégák számára, hogy megismertessük velük az EMDR módszert és felhívjuk figyelmüket az EMDR tréningek elvégzésének lehetőségére. Több kollégával tartottunk még EMDR workshopot a Magatartástudományi Intézet kollégáinak, illetve mentálhigiénés végzettségű lelkészeknek.

Az EMDR módszer a társadalom szélesebb körével történő megismertetése érdekében számos újságcikk és rádióműsorban való szerepléseket vállaltunk az elnökségi tagokkal közösen. Jómagam interjút adtam egy két részes cikkhez, amely a [www.hogyanmondjamelneked.hu](http://www.hogyanmondjamelneked.hu) (azóta sajnos megszűnt) honlapon kapott helyet, valamint egy másik, a Képmás magazinban megjelent cikkhez: <https://kepmas.hu/hu/velem-tenyleg-megtortent-valami-borzalom-de-felnottes-es-mar-vege-van-lelket-gyogyito-szemmozgas>. Ezen kívül egy hosszabb rádióinterjúban beszéltem traumáról és EMDR terápiáról a Jazzy Rádióban.

Ebben a ciklusban mindannyiunk számára nagyon sok változást, nehéz és sokszor szomorú, embert próbáló kihívást jelentett a COVID pandémia. Mindezekre a lehető leggyorsabban reagálva több online szimpózium megszervezésében és megtartásában is részt vettem, melyek célja a megváltozott helyzetben való segítségnyújtás és információcsere volt a tagság részére. Megismertettük tagjainkkal Gerry Quinn koronavírus protokollját és lehetőséget biztosítottunk annak gyakorlására. Ezen kívül tartottunk szimpóziumot az online térbe került terápiákkal kapcsolatos tapasztalatokról és ajánlásokról. Megszerveztünk

egy akut stressz protokollok online képzést, melynek megtartására ismét meghívtuk Asena Yurtsevert. A képzésre támogatást kértünk és kaptunk az EMDR Europe Association-tól. Részt vettem Ana M. Gomez által kiadott, gyermekek ill. gyermekterapeuták számára írt koronavírus segédanyag lefordításának koordinálásában és elérhetővé tettük azt honlapunkon EMDR terapeuták számára, de az anyag nem EMDR-es kollégáknak szóló változatát is lefordítottuk és elérhetővé tettük. A pandémia alatt a magyarországi pszichoterápiás közösség irányából többször is kaptunk pozitív visszajelzést gyors reagálásunk, a lefordított és közzétett szakmai anyagok miatt.

Az Egyesület évi rendes Közgyűléseinek szervezése mellett részt vettem az EMDR Europe vezetőségi ülésein. 2019-ben az EMDR Europe vezetőségi ülésének szervezésében is részt vettem, hiszen ekkor az európai egyesület éves vezetőségi ülésének helyszínéül Budapestet választotta. Az elmúlt években a Magyar EMDR Egyesület vezetőségi tagjai közül Dr. Havelka Judit az EMDR Europe Association pénzügyekért felelős vezetőségi tagja lett, engem pedig a Practice Committee tagjává és titkárává választottak, ami megerősíti együttműködésünket és kapcsolattartási lehetőségeinket, mind az európai egyesülettel, mind annak tagszervezeteivel.

A jövő legfontosabb feladatainak csakúgy, mint az eddigi években az Egyesület feladatainak ellátásában részt vállaló aktív tagság megerősítését és létszámának növelését látom. Az EMDR terápia iránt itthon is egyre nagyobb igény mutatkozik, ezért a végzett terapeuták számának növelése is elsőrendű fontosságú, megtartva az EMDR terápia alkalmazásának, illetve oktatásának magas színvonalát. A pandémia a rengeteg sajnálatos esemény mellett új lehetőségeket is hozott: az online tér egyszerűbbé tette a kapcsolattartást és információáramlást és lehetőséget ad arra, hogy szorosabban kapcsolódjunk az EMDR Europe szakmai szervezetéhez és más EMDR szervezetekkel. Ezt a lehetőséget a jövőben fontosnak tartom kiaknázni.

Budapest, 2021.12.31.

Steinberg Johanna

Magyar EMDR Egyesület  
elnökhelyettes