

hagyományos intézményei köréből kilépve fejlesztő szolgáltatásait a többségi iskolákban is kiépítse...” Mi ezt a nyitottságot a fent leírt módon értelmezzük. Meggyőződésünk, hogy minden tanulót abban a közösségben kell fejleszteni, amelyben a képességeinek megfelelő maximális teljesítmény elérése biztosítható. Csak azok a kezdeményezések válhatnak gyakorlati valósággá, melynek egyetlen nyertese van: a gyermek.

Nem áll szándékunkban egy esetből általánosítani, ám úgy érzem, hogy a bemutatott példánkon keresztül is - bár a témánktól lényegesen különböző eset kapcsán fogalmazta meg a szerző - általános érvényűnek fogadhatjuk el *Viktor E. Frankl* azon megállapítását, „hogy ha valakit annak alapján ítélünk meg, netán elítélünk, amit biológiailag (öröklés, de a nemzeti hovatartozás is), pszichológiailag (nevelés, képzés) és szociológiailag (társadalmi és gazdasági adottságok) magával hozott, nem pedig annak alapján, amit ezekből kihozott, akkor teljesen igazságtalannak vagyunk vele szemben.”

*Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola (Budapest)  
Gyakorló Beszédjavító Intézet*

## **Módosult tudatállapotban felmerült tudattartalmak fejlesztő, gyógyító hatásáról - dadogás és motoros afázia terápia \***

DR. SZENTMIKLÓSSY MARGIT

Ez a dolgozat sokéves klinikus szakpszichológusi és terápiás tanulásomból és gyakorlatomból származik. A jövő gyógyító-pedagógiáját szeretné szolgálni.

A kimondhatatlan tudattartalmakat legjobban hipnorelaxációban sikerül megeleveníteni, kimondani. Módosult tudatállapotból akadálytalan őszinteséggel törhet fel a beszédhibákat okozó, fenntartó forrás, hogy nyomában gyógyító asszociációkat, amplifikációkat árasszon. A biokémiai-fizikai struktúrákra is visszahatva öngerjesztő, fejlesztő lánc beindításával pozitív testi-lelki-szellemi változást okozzon. Az idegsejt

---

\* A MAGYE Országos Szakmai Konferenciáján (Miskolcon, 1992. június 26-án) elhangzott előadás

szintjéről új gondolatokat, új beszédet támasszon, indítson el! E tényben rejlik a gyógyító-fejlesztő pszichológia, pedagógia jövője!

Főképp *Leuneri*-típusú, majd ritkábban az általam bevezetett ún. „hang-betű” meditációval dolgozunk (v. ö. 2. esetbemutatásnál) szükség esetén. Képi anyagok szimbólumtartalmaiknál fogva avatódtak legjobb gyógyító eszközeimmé, lehetővé téve dadogóknál, mindig meglévő ellentétek, ambivalenciák racionális egyesítését, így eredményezve a teljes, egészséges emberkép (C. G. Jung szavaival a teleiosz-anthroposz - a „Selbst” - mint legmélyebb, központibb belső magunk felé vezető út), a gyógyulás körvonalainak és elérésének kibontakozását... A személyiség átrendeződése a beszéd javulását is magában hordozza! - Afázisoknál az őszimbolikus, archetípusokból való építkezés lehetősége ugyancsak eredményt hozhat a humánfunkciók fejlesztése minden területén! - (v. ö. Irodalom: 1-10.)

A következőkben pácienseknek azokat a főbb képzetáramlásait demonstrálom, amelyek alapvetően megmozgatták személyiségüket (a szó szoros értelmében) a változásra!

### *Esetbemutatás:*

1.) 6 éves Bp. környéki faluból bejáró *L. Csabát* édesapja 4 évvel ezelőtti halála foglalkoztatja, amelyet dús érzelmi töltésű fa rajza s a róla elszálló struccmadár szimbolizál. (A gyászdepresszió állapotát a felszálló, ún. ascendáló madár ellensúlyozza!) A strucc a káosz sárkány természetű szellemének egy megjelenési alakja, ugyanakkor mesebeli madár, „minden madár anyja”, de azok szimbóluma is, akik Istenre bízzák magukat. (Az elengedés, ráhagyatkozás motívuma ez.) A gyász eset feldolgozás, megoldódás folyamatban van, melyet a ház előtt egymás mellett álló vidám, széles szájjal mosolygó, mindkét kart felemelő apa és gyermek „szellemalakos” figurája jelez. (Ez ascendáló motívum.) A még fennálló beszédproblémát anyjához való túlzott kötődés, kapaszkodás, ragaszkodás, a belőle következő túlérzékenység, visszahúzódás, önbizalomhiány okozza. (Földhöz való depresszív motívumnak értékelem.) Minden jól sűrűsödik egy másik rajzában - melyet ugyancsak meseterápiás hipnorelaxáció után rajzolt -, spontán felmerülő ötletből: hatalmasan széles, satírozott fatörzs alján lévő nagy barlangban medvék hessegetik a méheket, darazsakat. (Újabb ascenziós jegy.)

Barlang és méh egy képből való szereplése az „aranykor” jelképe - de az apai probléma elintéződését is mutatja: ugyanis, ha a barlang a föld felé néz, akkor az a hely, ahol a földanya az ég-apával egyesül. Ebben a formában megvalósult családi hármasságban is biztonságban érezheti magát. E feltételezést a medvék meghaló és feltámadó Isten, gyógyító szellem, kultúrhős jelentése támasztaná alá. Konkrét beszédtünete várható gyógyulását is jelzi a kép egyben: a héberben a *méh és lélek* egyaránt döngicsélést érzékeltető „dbr” szó, „beszéd” szót is jelent. Ebből származik, hogy ékesszólásukról nevezetes személyeket mézesajkúaknak hívják. Pindaros Plátón, Szt. Ambrus, Aranyszájú Szt. János, Szt. Bernát ékesszólásukat a bölcsőben ajkukra szálló méhnek köszönhetik. Kis páciensem szimbólumsűrítmény tartalmai pozitív irányban amplitifikálódtak: fél év múlva már nem egyszintes, szintelen házat

rajzolt, mint eddig, hanem szívárvány színben pompázó, háromtornyos, háromszintes, jobbra-balra felvezető soklépcsős, sokablakos királyi palotát, amelyben boldogan él egy királyfi! A rajzon megjelent kétszeres hármasság és a „szívárvány-szövetség” elhozta az „éneklés”, azaz a szabadon áramló, szárnyaló beszéd idejét. Ma már önállóan viselkedik, tünetmentesen beszél: azaz „ékesszólóan”, „mézesajkúan”. Csaba vertikális tengelyen spontán felszárnnyaló mozgásának lehettünk tanúi, amelyben mélység és magasság egyenlítődték ki teremtő egységge oldódva.

2.) A 28 éves könyvtáros *István* súlyos tono-klónusos dadogása 3-4 éves kora óta áll fenn. Leuneri-típusú hipnózisait befejezve általam bevezetett ún. „*hang-betű meditációt*” végez. Egyik legnehezebben kiejthető hangját, a g-t látja képzeletben. Visszatérve a kiinduló helyzetbe, elmeséli és le is rajzolja egy lapra tapasztalatait. A g hang és betű számára két világra oszlik szét. Alsó és felső mezőből álló bipolaritásra. *Alul* egy fekete kontúrból kiváló, két tenyere között melegen és tollpihe könnyűséggel tartott és szájon könnyedén ejtegetett, sárgán fénylő, sugárzó kis g-t érzékel. Ezzel a hanggal nincs semmi baja. Szereti, labdaként játszik vele. Ám belső képernyője *felső* részén ellenpontként megjelenik a probléma: „gránit tömbön súlyosan ülő, gigászi, gigantikus méretű, hideg, kék színű G betű, hang”, ahogy saját szavaival mondja és le is írja. Súlyossága, gigantikus mérete uralkodik jelenleg lelkén, nem tud még vele elbánni, ki sem tudja mondani ezt a G-t, hiszen ez a hely, a nagy G-hang, dadogó ejtése reprezentánsa. Feltételezem, ha a terápia során a levegő könnyűségű, megvilágosult lelket szimbolizáló, melegen sugárzó, sárga, kis g-betű, hang a rajzlap alsó felén megnövekszik, erősödik, akkor fokozatosan magába transzformálhatja a gigantikus méretű problémát jelentő, föld súlyosságát kék színnel és gránit tömbbel szimbolizált, felső pozícióval is kifejezett uralkodó hideg G-t, ez annak a jele lesz, hogy képessé vált az ellentétes erők integrálására, a lenti alsó világnak a felső világgal való kapcsolatára. „Mert amikor az alsó világ megmozdul, a felső világ is megmozdul, amely fölé van rendelve, ugyanis minden létező összekapcsolódik, s egyetlen egész... Mert minden fönt van, mert onnan indul az élet lelke a földre... ugyanis az a folyó, amely fönről alászáll, lelkeket hoz erre a földre...” (I. Mózes, 30.14)

*István* belső megmozdulásának, gyógyulásának reményét éppen ezt a g-hang, betű meditációt követő Hegedűs Géza Latin betűk c. elbeszélés-asszociációja és idézetének óra végi elmondása erősíti meg: „Ledöntötték a betűket, de újra talpra álltak!”

3.) Súlyos tono-klónusos serdülő *Ákos* tünetmentessé tételét bizonyítja a „Szirtek királya” c. kép, amelyet röviddel búcsúzása előtt hozott el nekem „ajándékba”: magas sziklabércen teljes képet betöltő, kiterjesztett szárnyú sas madárrá válva uralkodik teljes önmagán, beszédén. Kétéves terápia végére érte el a kvaternitás (C. G. Jung) állapotát: szilárd egyensúlyra jutott.

4.) *Kati* 26 évesen, kisgyermek kora óta súlyos tono-klónusos dadogó. Hipnoterápiában felmerült rétegein sorozatosan meglátott „szakadék”, „hasadék”, „vágás” motívumok eltűnnek, amikor egy erdei sétán „véletlenül” spirálisként tekeredik fel egy fa jobb oldalsó felső ágára. Ezt mondja nekem: „Rájöttem, hogy találtam egy pontot, amivel azonosulok, és a fán spirálisként hajlongok, s azt a hajlékonyságot,

rugalmasságot élem át, ami belőlem hiányzik. A faág végében pedig az arcomat véltem felfedezni.”

Ezt a váratlan, pozitív fordulatot feltűnő közérzeti, személyiség- és beszédbeli állapotjavulás követi. Sorra fedezi fel aztán szocializálódása során elveszített, el nem nyert anyai tárgydarabokat, s építi fel önmaga hiányzó szakadékait, réseit, ürjeit. Alapproblémája egyre jobban kibontakozik a Forrás-Patak-Folyó-Tenger témában aztán. Első forrása csöből folyik és visszafelé, egyúttal terápiában való mélyebb involválódása jeleként. Később barlangban ered a víz, ám hiátust fedez fel barlang és onnan kifolyó forrásból alakuló patak, folyó között: ott egy szakaszon nem folyik a víz rendszeresen, folyamatosan, több képen át, már másodszer jelezve - a csöből feltörő első forrás után - az anyai, az élet, a beszéd eredettel összefüggő energetikai ős-problémáját, mint etiológiai hátteret. A barlangja közepén aztán régi *oltárt* vél felfedezni, majd *napkorongok* úsznak szemei elé, miközben tengerben úszik egyre önfeledtebben, ráhagyatkozottabban, lebegőn. Olyan mértékben energetizálódik és kerül közelebb belső önmagához ezektől a hatásoktól, hogy már belső hangot is hall, amely tovább bátorítja: „Jól fog menni a beszéd... Tudom, hogy meggyógyulok...” Az önmegismerő belátások, meglátások, felismerések sorra következnek ezután.

Fokozatosan jut el a Selbst felé vezető úton, érintődik meg legbelsőbb impulzusaitól, amikor később *templomot* vizualizál már. „A nehéz fából kovácsolt, vasból összekombinált ajtó nehezen nyílik ki”. „Meghatottan állok meg a templom közepén. Kétoldalról szimmetrikusan sugárzik felém és reám a *Fény!*” Annakra megindul, meghatódik ettől a soha nem tapasztalt, csodálatos élménytől, hogy a következő órán kincseire is rátalál: „sziporkázó színekkel teli kincsesládikára, amely aransárgás fényben pompázó, öt sorból álló aranyláncot, és egy fényesen bordó-piros kerek kő-félét tartalmaz”. Ezen a helyen „érezem meg *szívemet*, mint *középpontot*, ami mindennek az *ereje*” - amint mondja. Be is rajzolja piros körrel a szíve helyét egy embert rajzolva, ahonnan meg feketén besatírozott körrel jelölt formával „küldi ki a rosszat magából - így szólal meg a lelkiismeret” - ahogy saját szavaival magyarázza. Ettől az órától kezdve feltűnően keresi a rendet, a dolgok lényegét, mélyét, mindenben, amivel csak találkozik életterében. Még közelebb kerülve önmagához „az én belső részemhez” kifejezéssel mondja. Megérzi, hogy „valami itt kering a levegőben: a magabiztonság, erő és kiegyensúlyozottság, amit elérni, megkapni szeretnék az Úrtól!” De azt is sejti, „ez a nagy valami legbelülről fog jönni!” „Ó, *Uram*, erősítsd meg lelkem!” - aztán így fohászodik, mert ez a mondat nagyon megfogta a minap a rádióból az egyébként nem vallásos nőt. Ezidáig nem vette észre, nem hallotta meg a hasonló mondatokat. Beszédében fokozatos javulást eredményezett identifikációs funkciói fejlődése. Ascendálásának rugói, ugródeszkái mindig a tudatos és tudattalan közötti átmenetek megrázó, feldobó élményei voltak. (Mindezt valamennyi páciensemnél tapasztaltam.)

5.) *P. Géza* 28 éves technikus, tónusos dadogó kisgyermek kora óta. Másfél éves terápia után vált tünetmentessé. Terápia közepén már egyre tisztábban, finomabban lát, és vizsgadíjas lámpatestek tervezésébe fordította fokozatosan kibontakozó kreativitását. Ez folyamatosan visszahatott gyenge önbizalma, akarata, koncentrációképessége erősödésére. Nemsokára már gyémánt követ, sokszor napot, majd rózsaszín

és piros rózsákat vizualizál spontán, tovább lendítve állapotán, minekutána eddig rejtett extraszenzorális képességei váratlanul törnek elő benne - amit természetes meglepetéssel fogad -: egy nagy, számára ismeretlen topográfiajú temetőbe ment ki egy nyári napon, s ott a valóságban, autójából ellopott dossziéját - terápiás autohipnózist felhasználva - hamarosan képes meglátni egy ismeretlen galambos díszkőves síron az ellopott tárgyat. Tőle messzire vezető zezugos úton aztán meg is találta a valóságban, éppen abban a szétszórt állapotban és a sír bal oldalán, ahogyan előbb vizualizálta. E döntő eseményt követve zárt Egója, s őt hordozó, zárt dadogó beszéde igazán kinyílt, oldódott. Nemsokára tünetmentes lett.

6.) *H-né B. Mária* 31 éves technikus súlyos tónusos dadogó 3-4 éves kora óta. Állapotán már egy fél éve tartó terápiánk során a réten megjelenő gomba-folyás hozza az első lényeges változást (a gomba mithologikus tartalma: Istenek eledele, ördögök kenyere, férfi (animus) szimbólum. Ég és Föld összekötője). Azután, egy magányos vulkán, amely tüzes lávát okád és az ember ellensége - amint mondja. (A mitológia szerint is pokol, ördög, hét ördög a jelentése.) Tudattalanja megmozdulásai következményeként aztán épületromra találva újra „megmozdulást, megindulást” látok benne! Ezután forrása már nem csőből folyik, mint eddig, hanem „természetesen, de eldugott helyről” - amint mondja, és zuhatagokat képez. (Sok dadogónál találok ezt a motívumot.) Fokozatosan engedve zárkózottságából, korregresszióba kerülve még könnyebben megmozdul és hasznos felismerésekre tesz szert: „belátom végre, hogy rossz emlékeim elnyomtam és hogy mindenkitől féltetek”. Ráismer félelmeire és meg is fogalmazza: „Félelem volt bennem: apa” (aki művész és akit nagyon szeret, s nem mert róla soha rosszat mondani eddig). „Sokszor ittasan jött haza, szobáját bezárta, nem is használhattuk... alkoholistá volt...” Ezután még mélyebben dolgozik tudattalanjában már: egy álmában üvegszilánkokból kiformálódó, sugárzó, tojásdad alakú *fénygömböt* lát. Opálosan áttetszőn fénylik felé, hogy egyre nagyobb világosságra juttassa Máriát. Így is lesz ez: barlang témát vizualizálva egyre finomodik és éberebb lesz tudata: szemcsés, buborékos, beszippant - mondja. Denevérekkel, pókokkal, rémes állatokkal, hidakkal találkozik. Kötélen még mélyebbre ereszkedik le egy üvegen át, ahol szép kövekkel körülölelt tóra lel. Az egyik zöld követ fel is emeli spontán s egy varangyos béka ugrik ki alóla, tovább ugorva onnan „nevettem, nem volt bennem félelem, napos helyre mentem, ott meg bagoly ült, uhu, a bölcsesség baglya”. Azután jókedvében fejest ugrik a vízbe, kiúszik, és szép, napos, virágos réten találja magát férjével kart karba öltve. A boldogságtól sírnia kell! Az esemény után feltűnően könnyed, oldott lesz a zárkózott nő. Beszéde feltűnően szabadon folyik a száján. A következő hegy-témát már egészen otthonosan járja: kalitkában levő fém-madarak, talán rigók repülnek el. Távolságban bádog-város. Gyógyvizet és szivárványt talál aztán magától az üveghegyen. Átmegeg egy üvegfa-falon, ahonnan meg egy Szent-hegyre látni. Sok ismeretlen ember látja még körülötte, s csak suttogó beszédük hallatszik a megihatottságtól. Egy másik órán „sírokra lel, szótárt kell használnia a megfejtésükhöz”, „aranytalakat, nem zafir-, hanem igazgyöngyökből álló kincseket fedez fel”, s azt is meg tudja e mélységben, hogy „titokzatos betegség támadott meg egy népet: a hegybe az uralkodó indián családját temették”, amit a barlang-vájakban elhelyezett múmiák, holttestek, gyolcsok tanú-

sítanak. Legutolsó barlang-látogatásakor nagy kősziklát elmozdítva spontán helyéről „nem záptojás-szagú gáz tört fel és terjengett, aminek hatására álomba merült és le is feküdt a fémábrák és kincsek között. A fémábrákon háromszög alakú, 3-4 ezer éves hieroglifákat kezd megfejteni, ott hirtelen előkerült szótárával. Ősi szótagokra bukkan: tut, di, gim, gám, sá... Ezekből épülnek fel a szavak”, mondja. Ezekben a napokban szinte szárnyakat kapva mozog, beszél, nevet. Egész lényén feltűnő oldódás látszik. Remélem, közel az idő fémábráin felbukkant ősi szótagokból álló, saját élő beszédének felépítésére! Újabb barlangban járása reményeim megerősítik: „miközben a barlangban voltam, elkezdett esni az eső. Az egyik táblán megfejtett írás szerint innen nem messze egy tenger volt... kint egy szép pálmafa állt előttem, kb. 8 m magas, nem értem át törzsét, dús aljnövényzet, hatalmas levelekkel (kb. 2 m), fényes a törzse (ez 9 gyűrűből áll). Szilárd, de hajlékony, szép melegség árad belőle. Értékes, kicsit az elérhetetlent jelenti nekem.”

Következő fenyőfa-rajzában koronájának tükörképe is megjelenik a gyökérzetben. Ő hívja fel rá a figyelmem tudattalan nagy örömmel. Én még nagyobb örömmel fogadom: tudata és tudattalanja árrjárhatósága jeleként. Biztos vagyok benne, hogy életfájára lelt végre! Nem messze az idő, barlangban látott esője „beszédben való elérésének”, gyógyulást hozó transzformálódásának. Újrateremtődése biztos jelének fogom fel legutolsó rajzát: rózsaszín, lila virágú orchideára emlékeztető, *eddig soha nem látott*, jobbra hosszan *felkúszó*, folyó, három darab egycentiméteres virágú, négyleveles, 5 gyökérbe kapaszkodó, *tavaszi* mezei virágot vizualizált. Új virágtermés születése jelzi tünetmentessége közeledtét!

Afáziás páciensek rajzainak megnagyobbodása, megnövekedése térben és időben - rajzok tartalmilag gazdagabbá, biztosabbá válása jelzi módosult tudatállapotban elért gyógyító, fejlesztő hatás eredményeit. A pozitív idegrendszeri változás egész személyiségükben, beszédükben - olvasás, írás funkciók javulásában, betegségállapotukhoz való új, elfogadó hozzáállásukban szintén adekváтан visszatükröződött.

A mélyebb személyiségterápiák mellett, párhuzamosan folyó órákon konkrét *tünetre centrált terápiát* is alkalmazok minden korosztálynál, a megfelelő életkor és egyéniség alapvető szempontjainak figyelembevételével. Ajánlott terápia minden részletének felhasználását megbeszélés előzi meg.

Meglepő pozitív eredmények születhetnek a Hit-Remény-Szeretet elvének felhasználásával. A terapeuta emelkedettebb tudatállapota, lelkének mélyebb ismerete és sikerbe vetett hite, legfőbb záloga az eredménynek!

Részei:

- gyógynövény, étrend, életmód, kúra;
- a helyes ki- és belégzés egyensúlyára centrált speciális jóga-légzőgyakorlatok tanórán és otthon;
- egyéni meditáció, ima gyakorlása, egyéni megbeszélés, lehetőség szerint;
- kultúrtörténeti értékű mese, történet lehetőleg naponkénti 10-20-30 perces, jól artikulált, lassú, ritmusos hangos olvasása, tartalmának rövid, jól koncentrált, lényegre törő, önbizalomteli, szeretetteljes elmondása tanórán és főképp otthon;

- Thomas F. formulák mintájára általam alkotott szuggesztív, *pozitív, gyógyító jelmondatok* alkalmazása - relaxált állapotban tanórán és odahaza, főként lefekvés előtt este, reggel ébredés után, majd egész nap sokszor rá gondolva, szinte már „benne élve”, a mondatok tartalmával azonosulva. Ajánlatos „*gyógyító képzelettel*” látni is azt a mondatot képileg, amiről szó van és amit lehet. Ritmusos, skandáló, naponkénti hangos olvasása ugyancsak gyógyulást eredményezhet! Énekelve is lehet gyakorolni a mondatokat! Példák:
- „Beszédem olyan nyugodtan, természetesen folyik, mint a Duna vize” (közben maga elé képzeletben a Duna vizét, ahogy akadálytalanul folyik a medrében).
- „Légzésem és szívem ritmusa nyugodt, egyenletes”. „Szívvel és lélekkel beszélek. Egyre őszintébben kimondom, kifejezem, amit legbelül érzek, gondolok.”
- „Napról napra jobban érzem az életerő áradását bennem.”
- „Mondanivalóm lényegére koncentrálok”.
- „Mielőtt megszólalok, átgondolom, mit szeretnék elmondani!” „Figyelek” „Emlékezek!”
- „A kilélegzett levegővel beszélek lassan és tagoltan.”
- „Tisztán, érthetően artikulálok, hogy megértsük egymást!”
- „A szemébe nézek annak, akivel beszélek. Szeretném, ha megértene, és együttérezne velem, mint ahogy én is vele érzek, gondolok.” „Elfogadom a véleményemmel ellenkező, más véleményt is. Rugalmas vagyok, megértő és megbocsájtó. Egyre kevésbé van szívemben, lelkemben harag, rossz érzés. Oldódok.”
- „Hagyom, engedem, hogy számból ritmusosan, szabadon folyjon a szó, a beszéd, és ez olyan jó!”
- „Önbizalommal teli beszélek, cselekszem.” „Magabiztosan beszélek.”
- „Az akadállyal nem törődöm.” „Minden pillanatban egy új perc, óra, minden nappal egy új nap, lehetőség, új gondolat, új érzés, új beszéd kezdődik!” A múltat elengedem, a jövőbe nézek, hit-remény-szeretettel. Minden sikerül! Folyton előnyömré változom, alakulok.” „Türelmes vagyok magammal és mással is!”
- „Napról napra jobb lesz minden bennem és így körülöttem is.” (Környezet.)
- „Derűs vagyok. Önfeledt.” „Szeretek beszélni. Beszélni öröm.”
- „Béke, harmónia, szeretet van bennem. Nyugodt vagyok.”
- „Elfogadom magam.” „Megértő és megbocsájtó vagyok.” „Így mások is elfogadnak.”
- „Elfogadom az állapotom. Ez nyugalmat hoz rám. Ebből születik a gyógyulásom.”
- „Örömmel tölt el, hogy egyre képesebb vagyok önmagam irányítani (kormányozni), fegyelmezni, hogy egyre inkább a magam ura vagyok.”
- „Boldogságot okoz, hogy egyszerre vagyok képes elengedett (oldott) relaxált és összeszedett, jól figyelő, fegyelmezett akarattal lenni, s hogy ezt az egyensúlyt már egyre tovább tudom fenntartani.” „Akaratomból lesz testem, lelkem, elmém és beszédem áradó ereje.”
- „Fantasztikus ügyes vagyok, mert már úgy tudok jól beszélni, hogy miközben oda is figyelek, nem figyelek oda. Mintha kívülálló lennék, nem is én beszélnék, hanem egy új, más ember beszélne belőlem.” „Szabad és könnyű vagyok.”

- „Beszédem már szinte, mint egy gyöngy gurul...”
- „Beszédem már szinte, mint egy madár száll...”
- „Beszédem olyan könnyen száll, mintha énekelnék...” (zenélnék)
- „Minden gondolatomban, beszédemben, cselekedetemben a jót, szépet, nemeset, előrevívőt és felemelőt követem! A rosszat, negatívát elvetem már keletkezése pillanatában! Így lesz teljes egészségem és beszédem! Minden órám és napom örömben folyik tova... Boldogság tölt el, vesz körül... Észreveszem, hogy egyre jobban képes vagyok szívből, testvériesen szeretni! Felszabadultam...”

– Speciális behaviorista beszédterápia, konkrét eszközös technika is alkalmazható nagyszemű gyöngysorral: egy szem gyöngy megfogása készít fel a beszédre, a gondolatok összeszedésére, s egyúttal a beszédttől való félelem izalmának levezetésére úgy, hogy a testben, beszédizmokban keletkezett feszültséget, görcsöt a gyöngyszem megszorításába teszi át, vezeti le a páciens. Egy szemre mondja rá egyúttal mondandóját: akár egy szó, egy verssor, egy mondat legyen az, utána egy lélegzet következik, szünet, ami a gyöngysorban a gyöngyök közötti üres résre, vagy láncra esik. Aztán kezdődik előlről, azaz folyik tovább a gyöngysorral folytatott „megtámogatott”, három elemből felépült beszédtechnika:

Egy szem fogás, mozdulat, egy gondolat, - mondat kimondása, - egy szünet, lélegzetvétel. Egyidejűleg relaxált és koncentrált fizikai-lelki-szellemi állapotban létrehozott beszéd új reflexpályákra való kiépítésére, automatizálására nagyon jól bevált ez a technika.

Gyöngysorterápiát több hónapos, alapos begyakorlás után, aztán a *gyógyító képzelet* síkján lehet tovább gyakorolni, hogy még biztonságosabbá váljék a beszéd általa.

Gyakorlási idő: 2-3-5-10-15-20-30 perc naponta, legalább fél vagy egy évig! (Kezdetben a Himnuszt és az előzőekben ajánlott gyógyító jelmondatokat gyakorolhatjuk gyöngysorral.)

Aki az előadásban elmondottakat követi, nagy hasznára lesz!

Megtapasztalhatja, hogy nemcsak tünetét kezelték, hanem teljes, egész személyiségét is!

Átprogramozódott agya az új, pozitív gondolatok, érzelmek átélése útján akár dematerializálódási folyamatot is elindíthat benne...

Szívesen átadom sokéves gyakorlati és tudományos munkám legújabb tapasztalatait!

Érdeklődő logopédusok megtanulhatják a tüneti kezelés módszereit tőlem előzetes jelentkezés, megbeszélés alapján. Cím: Gyakorló Beszédjavító Intézet, Bp., VII., Damjanich u. 41-43. C. épület.

## Irodalom

1. Dr. Mészáros István: *Hipnózis. Medicina Könyvkiadó, Bp., 1984.* 2. Dr. Bagdy Emőke - Dr. Koronkai Bertalan: *Relaxációs módszerek. Medicina Könyvkiadó, Bp., 1978.* 3. *Katathymer*

*Bilderbote. Nr. 2., Nr. 3. Herbst. 1988. Redaktion: Lutz Rosenberg, Kooperation von H. Leuner. Aschrift der Redaktion: Sekretariat der JGKB, Friedlanderweg, 30. D - 3400 Göttingen. Verlag: Selbstverlag der AGKB, Friedlanderweg 30. 4. Hanscarl Leuner: Pszichoterápia 1970-1973. Kézirat. 5. C. G. Jung: Analitikus pszichológia. Göncöl Kiadó, Bp., 1991. 6. C. G. Jung: Emlékek, álmok, gondolatok. Európa Könyvkiadó, Bp., 1987. 7. C. G. Jung: Bevezetés a tudattalan pszichológiájába. Európa Könyvkiadó, Bp., 1990. 8. Süle Ferenc: Vallás vagy Pszichoterápia? Küzdelem a vertikális labirintusban. Bp., 1990. Animula Egyesület. 9. Gyökössy Endre: Magunkról magunknak. 6. kiadás. Ref. Zsinati Iroda Sajtóosztálya, Bp., 1986. 10. Dr. Szentmiklóssy Margit: Autogén tréning alkalmazása 10 éves dadogóknál. Gyp. Főiskola X. Évkönyv. 1987.*

## Hírek

---

Örömmel tájékoztatom az érdeklődőket, hogy 1993. február 1-jén megnyitom

### **tankönyv, taneszköz boltomat**

a Bárcai Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola Damjanich utcai épületének földszintjén.

A gyógypedagógiai, logopédiai, fejlesztő pedagógiai foglalkozásokhoz kínálunk

**- tankönyveket,**

**- tanulást, tanítást segítő kiadványokat,**

**- tanári segédkönyveket.**

Óvodák, iskolák megrendeléseire a kívánt könyveket beszerezzük, Budapesten házhoz szállítjuk.

Kívánság szerint a megrendeléseiket postán is elküldjük.

A Logopédiai GMK és a Tankönyvkiadó könyvei mellett szeretnénk minél bővebb választékot nyújtani az alternatív tankönyvkiadók munkáiból is.

**Naponta 10-15 óráig,**

**szerdán 17 óráig tartunk nyitva.**

(Igény szerint ezt bővíthetjük.)

**Cím: Budapest, VII. kerület, Damjanich u. 41-43.**

Levél cím (ügyintézés): Budapest, Torma K. u. 10. 1031

Telefon: 160-7091

Szeretettel várjuk kollégáinkat.

*KRASZNÁR JÁNOSNÉ  
gyógypedagógus*