

A rossz gondolatok beteggé tehetnek

„Hétköznapi szuggesztiók” – Vig Katalin pszichológus interaktív előadása
a Kommunikációs és PR Szakosztály szervezésében

Szeptember végén nagyszámú közönség előtt hallhattak a Kommunikációs és PR Szakosztály tagjai és meghívott vendégei egy rendkívül érdekes és szinte mindenkit foglalkoztató témáról: a psziché szerepéről az újságírói munkában és életünkben. Vig Katalin pszichológus interaktív előadást tartott arról, hogyan ismerhetjük fel az irányunkba alkalmazott szuggesztiókat és miként alkalmazhatjuk ezt a stratégiát céljaink elérésében (önmagunkkal és másokkal szemben!).

Először is a szuggesztió fogalmát tisztázzuk:

Szuggesztió....

**A kommunikáció gondolati
tartalmát jeleníti meg.**

**A kommunikációs csatornákon
vesszük fel,
mely lehet verbális és
nonverbális.**

**Tudatos vagy tudattalan
szinten fejtik ki hatásukat.**

Vig Katalin pszichológus a Városmajori Szív és Érgyógyászati Klinikán dolgozik, mint gyakorló pszichológus. A Klinika 2012-ben elnyerte az év KÓRHÁZA címet. A fiatal és tehetséges pszichológusnő vetítéssel egybekötött előadásában a Magyarországon először bevezetett pozitív szuggesztiós technikát ismertette, amelyet a szívműtétek előtt álló betegeknél alkalmaznak. **A terápia lényege: a betegek lelkével is kell foglalkozni a műtétek előtt, hiszen mindenki fél a beavatkozásoktól és azok esetleges kockázataitól.** Már az is rémisztő, hogy előző nap be kell feküdni, déltől nem lehet enni, és a műtétet

megelőző procedúrákon kötelező átesni, melyeket most és itt nem részletezek. Ezen kínos helyzet feloldása végett beszélget a pszichológus a műtét előtt álló beteggel és igyekszik szorongásait pozitív irányba terelni, többek között egy reményteli jövőkép felállításával. Vig Katalin a jelenlévőkkel részletesen ismertette azokat az eszközöket, melyekkel a betegek jó irányba lehet hatni.

Az alkalmazandó szuggesztiós és kommunikációs technikákról az érdeklődők részletesen olvashatnak Tímár Irén és Mag László társelnökök meghívójában mely a MUOSZ Hírlevél 2013. szeptember 16 –i számában jelent meg „Hétköznapi szuggesztiók – interaktív előadás címen.

Az előadás sok-sok kérdést vetett fel az újságíró kollégákban annál is inkább, mivel ezen technikákat a karriertervezésben, problémamegoldásban, az interjú készítésben is lehet használni.

Gémesi Brigitta