

Consuelo CASULA (Psikolog) - İtalya Avrupa Hipnoz Derneđi (ESH) Eski Başkanı

İtalya Korona Virüs Karantinası Sırasinda Kullanılan 44 Evrensel Terapötik Metafor: Umut ve Dayanıklılığı Arttırmak

21 Mart ve 3 Mayıs tarihleri arasında her gün hastalarımaya, meslektaşlarımaya ve arkadaşlarımaya bir evrensel metafor gönderdim, böylelikle de yaşadığımız karantina sürecini daha hafifletmeyi ve daha hoş hale getirebilmeyi umut ettim. Sunumum sırasında Korona Virüs nedeniyle yaşadığımız acı ve tehdit dolu günlerde bu metaforları seçerken faydalandığım stratejilerden bahsedeceğim. Ayrıca, metaforik hikayenin ana karakterini belirlemek için izlediğim kriterleri ve pandemi karantinası sırasında daha da önem kazanan düşüncelerin, duyguların, davranışların önemini deneyimlemek için yardımcı olacak tecrübelerle bir keşfe çıkacağım.

Son olarak, metaforların içine serpiştirilmiş ve içinde bulunduğumuz bu dönemde oldukça faydalı olabilecek dayanıklılığı arttırma ve içsel gücü yenileyerek yeniden kazanabilme sürecinin karakteristiklerini açığa çıkarabilecek bazı terapötik telkinlerin altını çizeceğim.

Öğretim amaçları:

1. Dayanıklılığı arttırma ve içsel gücü yenileyerek yeniden kazanabilmeyi kolaylaştıracak bazı evrensel metaforların karakteristiklerini göstermek
2. Evrensel metaforlar yaratmak için bazı temel bileşenler önermek
3. Dayanıklılığı arttırma ve içsel gücü yenileyerek yeniden kazanabilme sürecini açığa çıkaracak bazı fikirler öne sürmek
4. 44 metafor sunmak