

#ЗУкраїнськимиЮнгами

йти пліч-о-пліч з нашими українськими колегами та всіма тими, хто
стикається зі стиранням



Вебінар 9 Вівторок 24 жовтня 2023 року, 18:00 - 19:45

Верена Каст та Ольга Касьяненко

Подолання горя - труднощі та ресурси.

Голова: Лілі Роуз Номфундо Мліса, доктор
філософії

ЗАПРОШУЮТЬСЯ ВСІ БАЖАЮЧІ

[Бронюйте ТУТ](#)

У співпраці з GAP (Гільдія аналітичних психологів), WorldlyWise, ARAS (Архів досліджень архетипної символіки) та Sanctus Media

Ласкаво просимо.

Шановні колеги та друзі,

Ласкаво просимо на наш наступний вебінар, на якому **Верена Каст** та **Ольга Касьяненко** розкажуть про те, як **справлятися з горем**.



Цього літа я натрапив на цю роботу Стефана Нокса в маленькій меморіальній каплиці в селі Марія-Альм в австрійських горах. Це Pietà (італ.: жалість, співчуття). Сидяча Марія тримає на руках свого мертвого сина, побитого тортуррами і розп'яттям, перед його похованням. Відкупитель сам зазнав насильства і несправедливості, покинутий усіма, навіть Богом.

П'єта зображує межовий простір між розп'яттям і воскресінням. Передсмертна агонія замінена мовчазною скорботою. Марія не може нічого забрати від цих страждань. Вона може лише витримати його.

Ця П'єта сама жахливо постраждала під час пожежі. Понівечена, крихка, почорніла - знищена? Проте вона випромінює велич і гідність у стражданні.

Сусальне золото, яке використовує художниця, нагадує нам про японський процес кінцугі, про який згадується у флаєрі першого вебінару #WUJ (з використанням кольорів України). Кінцугі перекладається приблизно як "з'єднання із золотом". ("Кін" - золото, "цугі" - з'єднувати.) Це японське мистецтво ремонту розбитого керамічного посуду за допомогою золота, в результаті чого відремонтований предмет вважається ціннішим за оригінал. Полومка не приховується, а навпаки, висвітлюється золотом, яке знову з'єднується.

Нам усім знайоме горе - від смерті домашнього улюбленця до втрати ненародженої дитини, друга, брата чи сестри, батьків. Ми можемо сумувати через розрив стосунків, або коли ми супроводжуємо партнера, з яким прожили все життя, коли він помирає, або коли його деменція все більше забирає владу. Ми можемо сумувати через знищення місць, важливих для нас і для нашої планети.

Скорбота - неминуча частина життя, але це не робить її менш болючою чи легкою для переживання. Часто воно просто нестерпне, і ми втрачаємо себе у відволіканнях, зайнятості, згубних пристрастях, люті та ненависті. Або, можливо, ми просто губимося у відчаї.

Ласкаво просимо.

Для наших українських колег горе, мабуть, непереборне - молоді люди загинули в боях, невинне цивільне населення, в тому числі діти, вбиті в своїх будинках, супермаркетах, театрах, іноді з тортурами; історичні культурні пам'ятки розбомблені; жінки і дівчата зґвалтовані; діти викрадені, величезна кількість людей втратили кінцівки.

У новинах повідомляють про чергові звірства - і не лише в Україні. Я не в змозі оплакувати їх усіх. Але якщо ми не можемо сумувати і терпіти біль, як ми можемо вити на знак протесту і зупинити поширення такої тиранії? Як я можу бути повністю відкритим до моїх українських колег у їхньому горі? Я мушу визнати, що є межа моїй здатності до солідарності.

У своєму вступному слові до вебінару #WUJ з Дональдом Калшедом Ліза Марчіано зазначила:

На індивідуальному рівні страждання відокремлює нас від інших. Скорботна мати відчуває, що її уникають і вона самотня, тому що інші не можуть бути поруч з такою бідою і стражданням. Біль здається надто великим і непізнаваним, тому ми кажемо: "Немає слів" і йдемо далі. Коли ми стаємо жертвою руйнівної, нестерпної втрати, ми випадаємо з кола нормального життя. Ми більше не належимо до світу живих, бо нас захопили потойбічні сили, з якими інші не хочуть рахуватися.

Я запрошую вас прийти і приєднатися до нас у цьому лімінальному просторі між смертю і воскресінням (відродженням). Можливо, наша зустріч і розмови Верени та Ольги стануть тими золотими ниточками, які допоможуть зібрати до купи розбиті уламки нашого життя, які збільшать нашу здатність переносити горе на даний момент. Юнг сказав: *"Обійми своє горе, бо там твоя душа буде рости".*



Перед початком презентацій ми вшануємо пам'ять наших українських колег хвилиною мовчання. Для них це багато значить.

Дякуємо
Кетрін Кокс

Верена Каст та Ольга Касьяненко

Подолання горя - труднощі та ресурси



Особиста заява Верени:

Ця руйнівна, безпідставна війна в Україні робить мене злим і безпорадним. Я глибоко вражений тим, як наші колеги в Україні беруть свою непросту долю на себе і, незважаючи на найскладніші воєнні обставини, а іноді й найскладніші особисті обставини, продовжують свою роботу з людьми, які потребують терапії, вже дуже давно.

Коли з ними розмовляєш, вони сприймають це як своє завдання, яке вони також хочуть виконати. Ми з великою повагою ставимося до них і сподіваємося, що невелика допомога і добрі думки, які ми можемо їм надіслати, матимуть ефект.

Професор Верена Каст - психолог і психотерапевт, була професором антропологічної психології в Цюрихському університеті. Вона є викладачем-аналітиком і супервізором в Інституті К.Г. Юнга в Цюриху і була президентом Кураторіуму Інституту. Вона була співдиректором Lindauer Psychotherapiewochen, найбільшого німецькомовного заходу з безперервної освіти в галузі психотерапії. Вона написала численні публікації в галузі казки, символізму загалом, стосунків, процесів трауру, емоцій, а також у зв'язку з комплексною теорією та уявою.

Про цей вебінар:

Кохання до когось обіцяє подолання екзистенційної самотності. Смерть коханої людини, таким чином, відкидає нас назад в екзистенційну самотність.

Люди реагують почуттям горя, коли втрачають когось або щось дуже цінне у своєму житті. З почуттям жалоби пов'язані почуття горя, тривоги, гніву, люті, любові, почуття провини та інші. Якщо ми дозволяємо цим почуттям опанувати себе, починається процес жалоби, повільний і болісний процес розвитку, який дозволяє нам відокремитися від померлого і дає нам можливість знову жити далі - без померлої людини, але з усіма аспектами, які стосунки з цією людиною викликали у власній психіці, з тим, що було зачеплено в нашій душі і чим ми не повинні жертвувати.

Ми повинні розуміти втрату коханої людини у зв'язку з прив'язаністю. Якщо ми взаємодіємо з кимось, розвиваються стосунки, і в нашій психіці з цих стосунків створюється "Я". Це спільне "Я" відрізняється від власного "Я", але вони також дещо перетинаються. Існування достатньо хорошого власного "Я" є важливим для процесу жалоби та розлуки. У процесі скорботи ми реорганізовуємо себе від спільного "Я" до власного "Я". Якщо власне "Я" недоступне або недостатньо доступне, ті, хто горює, реагують на велику втрату депресією та супутніми симптомами, тобто вони реагують так званим ускладненим горем. У цьому випадку часто допомагає психотерапія депресії, сфокусована на спільному "Я" і втраті.

Ольга Касьяненко



Ольга пише:

Коли влітку 2022 року я перебувала в Німеччині і переживала втрату дому та смерть матері, що сталася під час моєї відсутності, мені запропонували взяти участь у перекладі статті Верени Фласт. Звісно, я навіть уявити собі не могла, що через півтора року мені випаде нагода провести спільний семінар.

Робота над статтею допомогла мені в моєму власному процесі скорботи. На той момент я перебувала в глибокій депресії, з якої не могла знайти вихід, і, можливо, причина полягала в тому, що моє реляційне Я було досить розвиненим, на відміну від індивідуального Я, контакт з яким став слабшим. Розуміння цього допомогло мені прийняти певні рішення, які я й досі вважаю важливими у своєму житті.

Мене переповнювали радість, натхнення і водночас страх, коли мені запропонували виступити з "Вереною Фласт". Що я скажу, що нового і важливого скажу людям, які так багато втратили? Чи знайду слова, щоб висловити всі свої почуття? І знову мені на допомогу прийшов проект "разом з українськими юнгіанцями", а саме ініціатива Архіву досліджень архетипної символіки (АРАС) ...з можливістю ділитися символами - така проста, дуже юнгіанська і справді геніальна ідея - якщо не вистачає слів, на допомогу прийдуть образи: художні, музичні чи поетичні.

Це навіть не презентація, а лише мозаїка образів, які траплялися мені на теренах війни і які стали символами прощання і скорботи за минулим безтурботним життям, за фантазіями про безсмертя і безліччю втрат, які ми всі пережили. Якщо я ділюся з вами своїм горем, то сподіваюся, що ви також матимете можливість поділитися своїм горем зі мною, з усіма нами, з усім світом, тому що ми разом.

Ольга Касьяненко народилася і виросла в Києві. Закінчила факультет психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка та разом з групою зацікавлених колег вивчала класичний психоаналіз у Тюбінгенському інституті психотерапії, психосоматики та психоаналізу. У 2008 році Ользі пощастило потрапити на першу програму IAAP Router, у 2019 році вона отримала статус юнгіанського аналітика, а згодом пройшла навчання як груповий аналітик та вивчала терапію дитячо-батьківських стосунків у Центрі Анни Фройд. Ольга працює з дітьми та дорослими і веде групи спостереження за немовлятами.

Лілі Роуз Номфундо Мліса, доктор філософії

пише Nomfundo:



Для мене велика честь бути запрошеним до участі в цьому проекті. Громадяни України, їхні сім'ї, друзі та родичі, в тому числі в інших країнах, таких як Південна Африка, де я живу, поділяють невпевненість, страждання, біль, страх і втрату надії, з якими сьогодні стикаються українські сім'ї. Це травматичний життєвий досвід, який сьогодні переживають багато країн. Біль є біль. Так само як і страх та безнадія. У Південній Африці сьогодні ми стикаємося зі схожими ситуаціями, коли ми всі тільки-но оговтуємося від болючої дилеми пандемії COVID-19, яка залишила глобальний світ у серйозному болю не лише через втрату життів найдорожчих людей, але й через емоційно травматичні сліди, які може знадобитися час, щоб загоїтися. Світ руйнується. Немає більше радості та спокою, а лише тінь темряви, яка щодня нависає над усіма нами. Незважаючи на все це, проводяться багатогодинні молитви за Україну та всі країни, де більше немає миру. Ці сесії потужні тим, що ми можемо духовно з'єднатися один з одним, підтримати один одного, разом розділити біль і вселити позитивну надію і віру в те, що ми всі разом у цьому. Я, як цілитель поранених, і разом з юнгіанцями в Україні та в усьому світі, ми будемо лікувати рани поранених, використовуючи різні стратегії, такі як ці сесії. Сьогодні зі мною двоє воїнів, які принесуть ініціативи підтримки та позитивної надії у все людське життя в Україні.

Лілі Роуз Номфундо Мліса (PhD), Південна Африка, є практикуючим і зареєстрованим клінічним психологом з 1995 року; відвідала понад 60 конференцій на міжнародному та національному рівнях. Вона організовувала різні панелі на різних конференціях, головувала на сесіях і представляла доповіді. Має понад 15 публікацій в акредитованих журналах. Вона також бере участь у процесі рецензування деяких журналів. Є незалежним дослідником у таких галузях, як: дослідження корінних знань; африканські традиційні релігії; залучення громадськості та психологія. Вона є науковим співробітником факультету соціальних і гуманітарних наук Університету Зулуленду в Ква-Зулу-Натал, Південна Африка, а також науковим співробітником кафедри релігієзнавства Університету Фрі-Стейт, провінція Фрі-Стейт, Південна Африка. Вона також є одним із засновників психотерапії "Rainbow Group", започаткованої південноафриканським юнгіанським психотерапевтом і професором Пітером Амманом, юнгіанським аналітиком у Цюриху. Проект групи просуває інтегративні психотерапевтичні стратегії між юнгіанськими та традиційними цілителями в Південній Африці. Вона також практикує різні стратегії медитації для підтримки травмованих людей і сімей з різних культур по всьому світу. Вона також є повноцінним традиційним цілителем і цілителем віри. (lillymlisa@gmail.com) +27834940433

Як забронювати

1.

Зробити пожертву
на нашій сторінці GoFundMe:

[ТУТ](#)

Щоб бути максимально
інклюзивними, ми пропонуємо
наступні мінімальні пожертви (за
рейтингом Світового банку):

Високий дохід: Північна Америка,
Австралія та Європа: 25 фунтів
стерлінгів (стажери та
маршрутизатори: 15 фунтів стерлінгів)

Дохід вище середнього:
Південна Америка та Балкани: 15
фунтів стерлінгів (стажери та
маршрутизатори: 5 фунтів
стерлінгів)

Дохід нижче середнього: Південно-
Східна Азія та Африка: £5 (стажери та
маршрутизатори безкоштовно)

**Українці та ті, хто працює на
передовій разом з українцями:** Вільні

2.

Замовляйте квиток

[ТУТ](#)

- **Вебінар 9: Жовтень**

VerenaKast&OlgaKasianenko

Зверніть увагу, що цей
вебінар буде доступний лише
українською та англійською
мовами (та, можливо,
китайською)

Записи

Всі вебінари записуються.

#СВУЖ дуже пощастило, що у нас є команда професійних перекладачів, які надають свої послуги безкоштовно на підтримку України (хоча ми платимо нашим українським перекладачам), і більшість з них доступні для перегляду англійською, українською, німецькою, французькою, італійською, іспанською, португальською та китайською мовами. Ми дякуємо їм за їхню щедрість та досвід.

#WUJ також вдячна **ARAS** за розміщення записів, що дозволило колегам з інших часових поясів також взяти участь у заході.

Окрім надання підтримки всім колегам, які побоюються стирання, вебінари мають на меті зібрати кошти для тих колег в Україні, які потерпають від серйозних фінансових труднощів. Незалежно від того, чи будете ви брати участь у вебінарі наживо, чи приєднаєтесь до нас через запис, будь ласка, подумайте про те, щоб зробити подарунок нашим українським колегам.

Чи можлива погодинна оплата?

Щоб переглянути запис, будь ласка, натисніть: [ТУТ](#)

Щоб зробити пожертву, будь ласка, натисніть: [ТУТ](#)

Ми показуємо слайди, поки люди приходять до кімнати огляду.

Щоб переглянути слайд-шоу, будь ласка, натисніть: [ТУТ](#)



Зверніть увагу, що в майбутньому вебінари будуть доступні лише українською та англійською мовами (та, можливо, китайською)



Зображення Кароли Мазерс

Абстракт 1, олія та чорнило на папері.

Карола - художниця з Великої Британії, працює з аквареллю, олією та змішаними медіа, яка нещодавно завершила клінічну практику юнгіанського аналітика.

https://www.alternativeartsales.com/photo_12105445.html