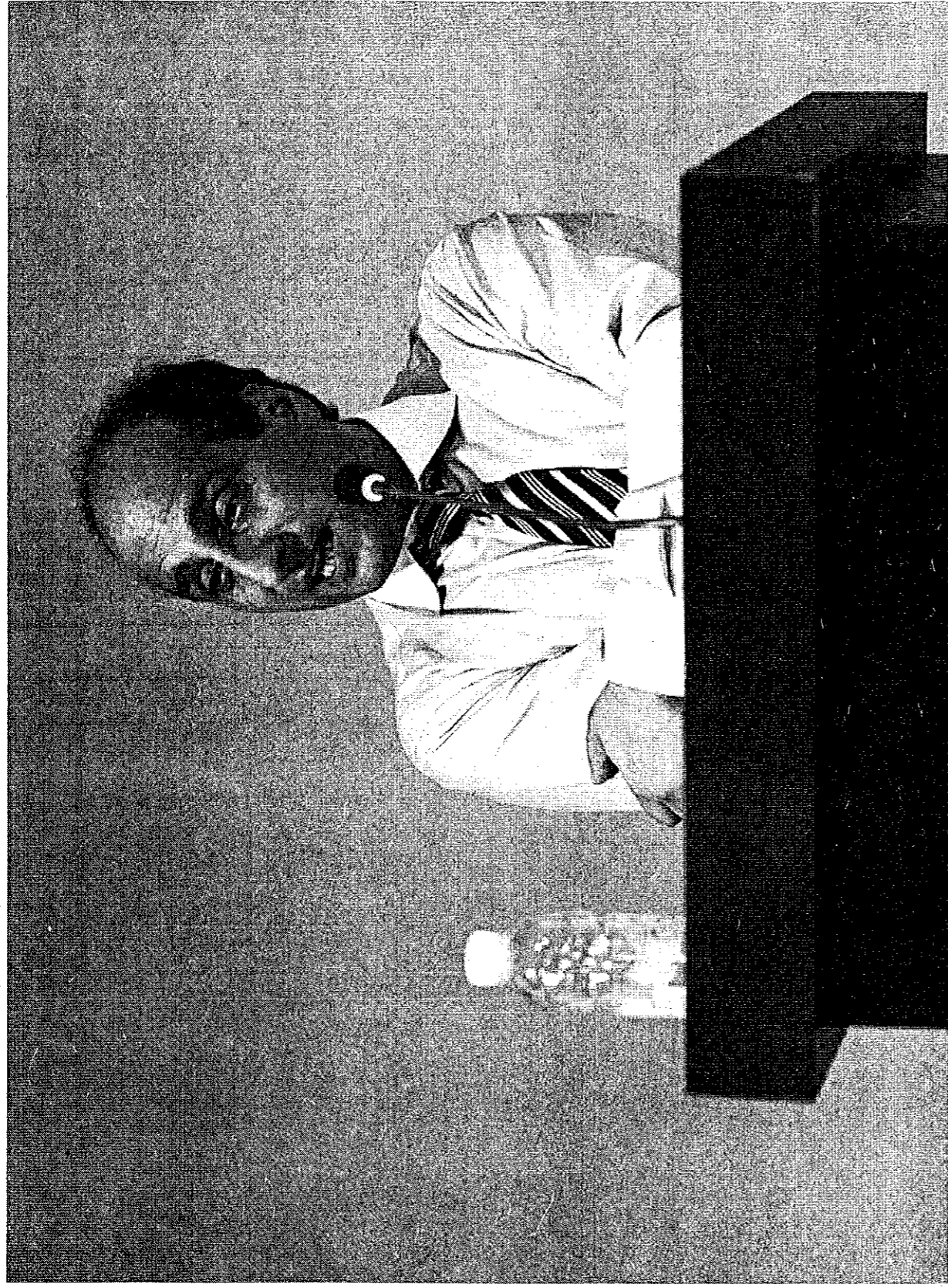


Ta shohësh botën pozitivisht



Psikoterapisti i riobur dhe njëkohësisht presidenti i Akademisë së Psikoterapisë së Wiesbaden-it, në Gjermani, Hamid Peseschkian, i fuar për të mbajtur një seminar e për të çelur programin master në "Këshillim Psikologjik dhe Psikoterapi Pozitive", që nis në ditët e para të majit - në bashkëpunim me Universitetin Europian të Tiranës - rrëfen një intervistë përshkryptet për Shqipërinë në këtë vizitë të dytë një vit më pas; si ka ndryshuar perceptimi i tij për Shqipërinë dhe shqiptarët, por edhe mundësitë praktike që do të ofrojnë ky master i veçantë që vjen për herë të parë për studentët shqiptarë...

Suaela Balliu
Foto: Edvina Meta

Dr. Peseschkian! Kjo është vizita e dytë në Shqipëri. Cila është përshypja dhe si ka ndryshuar perceptimi juaj për Shqipërinë e shqiptarët nga hera e parë?

Akademia (e Psikoterapisë me qendër në Wiesbaden) ka qenë aktive në shumë vende të ndryshme të botës në këto 25 vjetet e fundit. Ne kemi pasur disa eksperiencë dhe kontakte me Kosovën, por me Shqipërinë jo, deri vitin e kaluar, kur ne edhe zhvilluam kontaktet. Perceptimi ishte shumë pozitiv dhe ramë dakord që të nisim trajnimin këtu në Shqipëri. Shpresojmë të jemi në gjendje të nisim e ta vazhdojmë këtë program.

Ju vini nga një sërë përvojash me qendrat që ka Akademia në vende të ndryshme të botës. Si po funksionon programi i Psikoterapisë në secilin vend, ku ka pasur më shumë interes dhe si e shihni Shqipërinë në këtë kontekst?

Idëja ka qenë, që prej fillimit, të kishim një qasje shumë praktike. Psikoterapia dhe Psikologjia ka qenë shumë teorike në disa lëndë, por qëkur im atë e nisi - (themeluesi i Psikoterapisë pozitive) në mes të viteve '70- i ka dhënë më shumë qasje praktike. Pra pjesa më e madhe e qendrave ofrojnë seminare, trajnime. Pra në mënyrë që të trajnohen trajnuesit. Dikush del për t'u ofruar shërbime populit. Në pjesën më të madhe të vendeve ose nuk ka fare psikoterapistë apo këshillues, ose edhe ata që janë, janë aq të zënë sa qajerëzët duhet të presin në radhë. Mendoj se Shqipëria ka vuajtur shumë në dekadat e fundit dhe ka shumë të rinj në vend që duan të bëjnë ndryshime. Duan të japin kontributin e tyre ndaj shoqërisë së tyre dhe të cilët shohin ndryshimin midis qyteteve të mëdha dhe fshatrave, apo të këtyre problemeve transkulturore, problemet fetare, e të tjera si këto. Mendoj se nevojja është e madhe.

Kjo është një qasje që jep shumë rëndësi impaktit ndërkulturor, kulturës dhe traditës. Si e shihni këtë impakt në Shqipëri? Mendoni se njëherë dhe kulturë shqiptare është e përgatitur për ta ndjekur këtë qasje?

Nëse konteksti që kam për kulturën shqiptare më lejon të jap një opinion, mendoj se shqiptarët janë njëzëz shumë socialë, që kanë dëshirë të jenë bashkë me njëri-tjetrin, që janë shumë të ndjeshëm, kur dikush ka probleme u gjenden pranë dhe kanë empati me këta persona dhe duan të bëjnë diçka për ta ndihmuar dhe kërkojnë mënyra si ta ndryshojnë jetën dhe mënyra të efektive për të shpëtuar shoqërinë. Mendoj se ky mund të jetë një vend i shkëlqyer ku mund të funksionojë Psikoterapia pozitive.

A mund të përdoret Psikoterapia

edhe në fusha të tjera, përveç Psikologjisë apo këshillimit psikologjik?

Në vitet e fundit eksperiencia ka treguar se mund të përdoret në fusha të ndryshme. Mund të përdoret shumë në fushën e biznesit, si për shembull; menaxhimin stresit, por edhe në zhvillimin e personelit, te punonjësit... Mund ta përdorni në fushën e këshillimit shëndetësor, te njëherë që janë në zi, në problemet familjare, përgatitjet martesore me kurse dhe seminare. Kemi një kolege në Rusi, e cila pasi përfundoi trajnimin kërkoi punë në Bashki, në gjendjen civile, si këshilluese për çiftet që martohehen. Kur flasim për Psikoterapiën nuk e përdorim në kuptimin e ngushtë, por në kuptim më të gjerë. Në fushën e pedagogjisë që vend shumë mirë, edukimit, trajnimin të mësuesve, e kështu me radhë.

Kësaj here kemi ardhur në Shqipëri në një tjetër pozicion, duke e sjellë Psikoterapiën si një program Master në bashkëpunim me Universitetin Europian të Tiranës. Cila është pritsshmëria juaj në këtë projekt?

Pritshmëria është shpresa që njëherë it të jenë vërtetë të entuziazmuar për këtë program, sepse në shumë vende ku është implementuar ka pasur interes të madh edhe në fushën profesionale, në edukim. Jo vetëm në kurse të shkurtra dhe trajnime, por edhe në një mënyrë shumë profesionale. Do të shohim sesa i profesorë dhe trajnues të Psikoterapisë ndërkombëtarë, të cilët vijnë nga vende të ndryshme, nga fusha të ndryshme do të vijin këtu dhe për dy vjet do të ofrojnë një program trajnimit të një niveli shumë të lartë. Ky lloj programi kaq cilësor dhe qasje që profesorët sjellin, duke ardhur nga vende të ndryshme, background-ë të ndryshëm, profesione të ndryshëm, do të bëjnë të mundur aplikimin edhe për profesione të ndryshëm. Sepse nuk janë vetëm nga fusha e mjekësisë apo

psikoterapisë, por edhe në Këshillim, menaxhim, biznes, menaxhim konfliktesh etj.

A mund të na thoni diçka tjetër që është e ndryshme e këtij programi? Nga ndryshon nga programet e tjera?

Kryesorja, që përmenda edhe më lart, është qasja praktike. E veçanta e këtij programi është se njëherë me të përfunduar këtë program Master-i, studentët mund të nisë të punojë si këshillues. Me pak fjalë, ky është edhe qëllimi. Nuk do të marrë tjetër një certifikatë të bukur për ta varur në mur, por mund të nisë të punojë menjëherë në praktikë. Kjo është diçka shumë e rëndësishme. Më pas në këtë program e kemi kombinuar në tri shtylla. E para është teoria. E dyta, që nuk ka ekzistuar më parë, është vetë-përvoja, apo vetë-zbulimi. Studentit duhet të meditojë mbi sjelljen e tij, si këshilluesi ardhshëm. Dhe e treta është praktika. Do të kemi raste praktike nën supervizionin. Pra këto tri shtylla, teoria, vetë-zhvillimi, dhe praktika, mendoj se e bëjnë shumë unik dhe shumë interesante. Sigurisht që nuk është një kurs normal universitar, kur pas mësimit shkon në shtëpi, por studentët kanë mundësinë e vetë-reflektimit, të mendojnë jo vetëm se çfarë bëjnë me të tjerët, por edhe çfarë të tjerët bëjnë me ta. Si do t'i ndihmojë të tjerët, të jetë shumë aktiv e të ndryshojë diçka.

Cili është profili optimal për një kandidat në programin master të Psikoterapisë?

Zakonisht personi ka nevojë të ketë dy karakteristika. E kam fjalën duhet të ketë njëqind veçori, por më kryesorët duhet të ketë: e para, vetë-reflektim, me pak fjalë që ta shohë veten nga disa perspektiva dhe aspekte, të jetë i përkushtuar për zhvillimin e vetes, si edhe disa aftësi emocionale, të mund të krijojë lidhje me të tjerët, t'u pëlqejë njerëzve, ose personaliteti i tij duhet t'i bëjë njëherë të ndihmë rehat emocionalisht.



BIO

Kush është Hamid Peseschkian?

Ka lindur në Wiesbaden të Gjermanisë dhe është diplomuar për psikiatri, neurologji dhe psikoterapi në Universitetin e Mainzit. Dr. Peseschkian ka një përvojë të gjatë në fushën e shëndetit mendor dhe mirëqenies psikologjike. Ai është një nga themeluesit e Psikoterapisë Pozitive me filialë në mbarë si dhe një lektor i njohur dhe mjaft i preferuar në fakultetet brenda dhe jashtë Gjermanisë. Akademia e Wiesbaden-it është një institut post-diplomimi i licencuar për mësim më të specializuar për mjekë, psikologë, pedagogë dhe punonjës socialë në Gjermani. Rënditë mes 5 institutëve të më të mirë në vend. Ai është autori i librit "Psikovampirët", i cili është njëkohësisht një kërkim i brendshëm po aq sa hulumtim. Termi psikovampir është një krijim i dr. Peseschkianit dhe ka lindur në kuadër të teorisë të Psikoterapisë Pozitive. Një term, i cili përkufizon më së miri një kategori të caktuar njerëzish (e situatash) që luajnë rol decisiv në mirëqenien psikologjike.

MASTER

Psikologjik dhe Psikoterapi pozitive

Universiteti Europian i Tiranës në bashkëpunim me Akademinë për Psikoterapi të Visbadenit nisnin kursin e studimeve Master në Këshillim Psikologjik dhe Psikoterapi pozitive. Lektorët do të jenë një ekip ndër-kombëtar profesorësh dhe trajnerësh nga Gjermania, Rusia, Kosova dhe Rumania. Masteri do të zhvillohet në gjuhën angleze. Ky master do të zhvillohet në një kohëzgjatje për rreth 2 vitesh. Në fund të të dy viteve, pjesëmarrësit marrin diplomën nga UET - Master i Shkencave. Në Këshillim Psikologjik dhe Psikoterapi Pozitive dhe nga WAPP (Akademia e Visbadenit për Psikoterapi Pozitive) - Këshillues në Psikoterapi Pozitive. Pas diplomimit si MSH ata që janë të vendosur të punojnë si psikoterapistë të ardhshëm do të kenë opsionin për të përmbytur një tjetër dyjeçar punë praktike të supervizuar me pacientë dhe klientë.