

Interjú dr. Balogh Ildikóval



Farkas Katalin

coach kineziológus®

természetgyógyász kineziológus

nemzetközi kineziológia oktató

szakértő és vizsgáztató

Egy budai villalakás az otthona és a rendelője is dr. Balogh Ildikónak, akinek kedves, megnyerő lényge pillanatok alatt oldja az első találkozás okozta feszültséget. Beljebb kerülve a nappaliba, azonnal teáskanna és csészék kerülnek az asztalra, és a gőzölő tea mellett szinte meg is feledkezünk arról, hogy interjú készül. Sokkal inkább merülünk bele egy baráti beszélgetésbe, hát még amikor kiderül, hogy közös az "alma mater": mindketten Csepelen a Jedlik Ányos Gimnáziumban végeztük középiskolai tanulmányainkat...

B.I.: Budapesten születtem, szüleim paraszti származású dolgozók voltak. Apámnak 3 szakmája lett, majd gépészmérnöknek tanult. Több újítását megvalósították a kohóiparban. Édesanyám Székelyföldről érkezett Magyarországra. Szigorúan neveltek, ami nekem természetes volt, csak akkor tudatosult bennem, amikor láttam, hogy barátaimnak, barátnőimnek mennyivel többet engedtek meg. Sok mindenre nyitott voltam, illetve lettem volna, de szüleim nem engedtek kipróbálni, megpróbálni bizonyos dolgokat. Szívesen műkorcsolyáztam volna, jól is ment, a barátnőmmel a Petőfi Egyesületbe hívtak minket. Őt elengedték, engem nem. Nem haragudtam rájuk, csak végtelenül szomorú voltam. Hasonlóképpen jártam a toronyugrással, bűvárkodással és az ejtőernyőzéssel is. Talán ekkor fogalmazódott meg bennem először, hogy másképpen fogok gyereket nevelni.

F.K.: Hogyan választottát pályát? Milyen motivációk voltak meghatározóak?

B.I.: 12 évesen táborozni voltam a Duna egyik holtága mellett. Már akkor is jól úsztam, és tudtam, hogy a Dunát nem biztos hogy át tudnám úszni, de a holtágot igen. Meg is kértem egyik tanárunkat, hogy kísérjen át csónakkal. Mikor szüleim látogatóba jöttek, nekik is büszkén megmutattam, mire vagyok képes; mikor is apám gondterhelten kérdezte, tudom-e, hogy kísérőm nem lett volna képes kimenteni engem, ugyanis csak fél karja volt... Ekkor történt az is, hogy miközben magabiztosan úszkáltam, egy kisfiút láttam, aki időnként elmerült, majd újra a víz felszínére bukkant. Gondolkozás nélkül indultam segítségére... bár először engem is lenyomott, úgy kapaszkodott. Végül sikerült szabályos mentőfogást alkalmaznom rajta – ezt feltehetően előző életemben tanultam –, és partra húztam. Nagy ováció fogadott és este név szerint említettek és megdicsérték „hősies” tettem. Talán ez volt az a pont, ahol elhatároztam: **gyógyítani akarok**, orvos leszek.

A pályaválasztás szempontjából az első 10-12 év nagyon meghatározó a gyermek életében. Én már 9-10 éves pácienseimet is a terápia során óvatosan sarkallom az érdeklődési körük megtalálása felé, hiszen ebből alakul majd ki később a pályaeorientáció. Ha a gyereket jól neveljük, jobban ki tud teljesedni. Más szavakkal, ha hagyjuk **ki-teljesedni**, akkor neveljük jól!

Közvetlenül az érettségi után felvételt nyertem az Semmelweis Orvostudományi Egyetemre. 39 év elteltével is mosolyogva emlékszem arra, hogy majdnem összeakadt

a lábam, amikor kimentem az ötödéves neurológiai és pszichiátriai verseny első helyezéséért járó reflexkalapácsért. Az egyetemen eleinte a sebészettel kacérkodtam, de végül is gyermekgyógyászatra szakosodtam.

Tanulmányaim közben egyre inkább arra a felismerésre jutottam, hogy a testhez a lelken keresztül vezet az út... eddigre azonban már kifutottam az időből és az egyetemen nem lehetett pszichológiát is végezni párhuzamosan. Világ életében sok gyereket akartam... talán hatot is! A férjem első házasságából két fiú gyermeket hozott a házasságunkba. Két saját lányom született, így lettem négy gyermek nevelő- és édesanyja. Ez remek előtanulmányt jelentett a későbbi gyermekpszichiátriai gyakorlatomhoz!

Első munkahelyem a Szabadsághegyi Gyermekgyógyintézet volt, ahol öt évig dolgoztam gyermekorvosként. Itt sokszor adódott lehetőségem, mint pulmonológiára szakosodott intézetben, figyelemmel kísérni az asztmás és kruppos gyermekek pszichodinamikai történéseit. Mindkét kórkép az anya-gyermek kapcsolattal függ össze. Ezután két év következett a „Lipóton”, az Országos Ideg- és Elmegyógyintézetben. Kemény évek voltak, sok tapasztalattal! 1986-ban kaptam meg gyermekpszichiátriai szakképesítésem. 1991-től, Magyarországon először, gyermek pszichoterápiás magánrendelőt nyitottam, kolégáim nem kis csodálkozására. Közben a Budai Gyermek-kórházban rendeltem. 1980-tól, megalakulásától, tagja vagyok a Magyar Pszichiátriai társaságnak.

Hermann Imrénél voltam pszichoanalízisben 1980-tól 1984-ig. 1986-ban kezdtem el hipnózist tanulni Bíró Gyulánál és Zseni Annamáriánál. A Magyar Hipnózis



Egyesület évente 3 napos hipnózis találkozót tart, aminek aktív résztvevője vagyok.

F.K.: Úgy tudom volt egy kis kitérő külföldre! Melbourne-ben is dolgoztál?

B.I.: Második házasságom kapcsán kerültem ki három évre Melbourne-be. A Royal Childrens' Hospital-ben kaptam állást, egy évet dolgoztam psychiatric registrarként. Két lányom természetesen, velem tartott.

F.K.: Miért éppen a hipnózis felé fordult az érdeklődésed?

B.I.: Ez jó kérdés! Kezdem érteni a praxis során, hogy nem tehetünk arról, amit magunkkal hozunk. A pszichoszomatikus betegeknél nagyon fontos módszernek bizonyult, ilyen esetekben nincs az érzelemnek nyelve, nem képes a beteg megfogalmazni érzéseit. Például a vastagbélfekélyes betegemnél korregressziós hipnózisban előjött az a gyermeki tapasztalat, hogy felrepedt a szája. Az anyja ijedtében kiabált vele, majd elvitte az orvoshoz aki „összevarrta” a sebet. A betegem gyermekként azt élte át, hogy meg fog halni, mivel összevarrták a száját és nem fog tudni enni. A táplálék, a vér és a halál szorosan összefügg ebben a kórképben.

Sok gyereknél tapasztaltam gyerekorvosként, hogy a családban és a gyermek életében látszólag minden rendben van. Hát a felszín alatt már nem így volt! A másik ok, hogy a hipnózis alkalmazása **felgyorsítja** a pszichoterápiát.

F.K.: Mit tekintenek az emberek hipnózisnak, mit tudnak egyáltalán róla a terápia előtt általában?

B.I.: A hipnos görög szó jelentése alvás. A hipnózis egy módosult tudatállapot, transzállapot, melyben nondirektivitással különféle módszerekkel gyógyítunk. Szemfixációval, ülve vagy fekvésként, énekhang nélküli zenére lazul el a páciens. Gyerekeknél **mesesétának** vagy **álmotázásnak** hívjuk a terápiás ülést.

F.K.: Milyen módszereket alkalmazol a hipnózis során?

B.I.: Hipnózisban az életkornak megfelelően kombinálva alkalmazom az alábbiakat: Egyik a **korregresszió**. Az életkor mindig fontos, mert gyerekeknél 10 év alatt a korregresszió meggondolandó, de ha szükséges, a terapeuta bátorsága és szakértelme lehetővé teheti. Fiatalfelnőtt kortól már jól használható az élet-események feltáráshoz. A kliens addig megy vissza az időben, ahol neki megoldás látszik, ahol valami fontos tapasztalatot tud szerezni a jelenbeli helyzetével kapcsolatban.

Második a **Leuner-i alapszimbólumok**: rét, patak-forrás, hegy, ház... Esetleg később a mocsár, vulkán stb. alkalmazása, tehát a szimbólumterápia.

Harmadik az ún. **szerv-imagináció**, ami azt jelenti, hogy a beteg szervet elképzel és képzelete segítségével gyógyítja - ezt mindenki maga választja és azt alkalmazhatja, ami számára a legcélravezetőbb, pl. színes fénynyaláb, vízsugár, lézer-gyógyító....

F.K.: Sokszor felmerül a kérdés, hogy a terapeuta magára veszi, magára veheti-e betege problémáját, érzéseit, betegségét? Neked van-e ezzel kapcsolatban tapasztalatod? Milyen módszert használsz ellene?

B.I.: Egyszer egy beteg, vérző vastagbélfekéllyel keresett fel. Az elhúzódó kezelés alatt nekem heveny bélgyulladásom alakult ki. Ekkor tanultam meg végleg, hogy le kell tudni tenni a felvett

hirdetés

Dr. Balogh Ildikó

GYERMEKGYÓGYÁSZ, GYERMEKPSZICHIÁTER,

HIPNOTERAPEUTA

PSZICHOTERÁPIA

HIPNOTERÁPIA

Gyermekeknél

Dadogás, tik

Félelmek, felriadás

Ágybavizelés

Felnőtteknél

Depresszió

Kényszerek, fóbiák

Pánikbetegség

Pszichoszomatikus betegségek

CSALÁDTERÁPIA

RENDELŐ:

1026 Budapest, Gábor Áron u. 2.

TELEFON:

06-1-394-3030,

06-70-317-9676

E-MAIL: BALOGH.ILDIKO.DR@GMAIL.COM

WWW.DR-BALOGH-ILDIKO.HU

WWW.GYERMEKTERAPEUTA.HU

problémát. Ahogy távozik a beteg, tudatosodik bennem, hogy ez az ő élete, és én a segítője vagyok.

F.K.: Használ-e bármilyen energetikai módszert?

B.I.: Az energetikai módszereket általában elfogadom, magamon is tapasztaltam jótékony hatását, bár magam aktívan nem művelem.

F.K.: Milyen más módszereket alkalmazol még a terápia során?

B.I.: A pszichoanalitikus technikának az oki feltárásban és a tünetek, valamint a pszichodinamika értelmezésében van fontos szerepe. Ha jól figyeljük a páciens, a családi mondatok, félmondatok, a szófordulatok jelzik, hogy mit hoz a családból, milyen „programok” futnak benne.

Fontos, hogy mit látott, mit hallott elődeitől-elődeiről bizonyos helyzetekben. Ezeket az intelmeket, félelmet programozó mondatokat, olykor képeket, hozom elő újra a terápiában. Ezeket együtt megértve értelmezzük. Minden a helyére kerül. Megvalósul a gyógyulás.

F.K.: Manapság hány helyen dolgozol, mit tevékenykedsz?

B.I.: Be van osztva a hetem rendszeren. Kedden és csütörtökön magánrendelek, szerdán Bicskén dolgozom, hétfő és péntek pedig a két gyönyörű unokám napja, akkor főállású nagymama vagyok!

Szép életem van! Amennyire a Jóistent én szeretem, ő legalább annyira szeret engem!

Olvasóink nevében is sok szeretettel kívánom, hogy ez még nagyon sokáig így legyen!