

KRE Pszichológiai Intézet

BPS2636 Pszichedelikus pszichoterápia

2021 őszi félév



Dr Móró Levente

PhD (pszichológia)

LEVE@IKI.FI

Pszichedelikus pszichoterápia

előadások (12 x 1.5 h)

- [01] szept. 16. Bevezetés és áttekintés
- [02] szept. 23. Módosult tudatállapot -asszisztált terápiaák
- [03] szept. 30. A pszichedelikumok tágabb kontextusa**
- [04] okt. 7. Pszichedelikumok: droginformáció
- [05] okt. 14. A pszichedelikus élmény pszichológiája
- [06] okt. 21. Pszichedelikumok: kutatások, kísérletek, gyógyászat
- [07] nov. 4. Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: elmélet
- [08] nov. 11. Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: gyakorlat I
- [09] nov. 18. Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: gyakorlat II
- [10] nov. 25. Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: gyakorlat III
- [11] dec. 2. A pszichedelikus élmények integrációja
- [12] dec. 9. Összefoglalás és kitekintés

A tantárgy témái

- módosult tudatállapotok; **pszichedelikumok**
- transzperszonális pszichológia; traumafeldolgozás és regresszió;
- pszichedelikus kutatások, kísérletek, gyógyászat
- pszichometrikus mérések; addikció és függőség; asszisztált pszichoterápiák; etika
- pszichedelikus és pszicholitikus terápiák; terapeutaképzés; terápiás protokollok
- MDMA, pszilocibin, ketamin, LSD, ibogain, ayahuasca
- pszichedelikus élményintegráció

[01] Bevezetés és áttekintés

szept. 16.

A tantárgy ismertetése.

Témák és megközelítések.

A tantárgy elvégzésének követelményei.

Gyakorlati dolgok.

[02] Módosult tudatállapot -asszisztált terápiák szept. 23.

**Módosult tudatállapotok (MTÁ): meghatározások és jelenségek.
Spontán, patológiás és indukált állapotok.
Fiziológiai, farmakológiai és pszichológiai indukciók.
Módosuló tudati alrendszerek.
A MTÁ terápiás alkalmazásai.**

[03] A pszichedelikumok tágabb

kontextusa

szept. 30.

Hallucinációk: meghatározások és jelenségek.

Hallucinogének: disszociatív, deliriáns, pszichedelikus.

Egyéb kapcsolódó anyagok.

A szerhasználat céljai.

Droginstrumentalizációs hipotézis.

Pszichonauta szubkultúra.

Biohacking.

Hallucinációk: meghatározások

Esquirol (1845): *“Az ember, akinek egy olyan pillanatban van belső meggyőződése egy jelenleg észlelt érzékelésről, amikor semmilyen efféle érzékelést kiváltani képes külső dolog nincs az érzékelési mezejében, a hallucináció állapotában van.”*

Horowitz (1975): *“A hallucinációk olyan, közvetlenül belső információs forrásokon alapuló képek, melyeket az alany úgy értékel, mintha azok közvetlenül külső információs forrásokból származnának.”*

David (2004): *“A releváns érzékszerv megfelelő külső ingerlésének hiányában bekövetkező tudatos érzékelési élmény, ami elegendő valóságérzettel hasonlít egy valódi észleléshez; ami felett az alany nem érez közvetlen és akaratlagos irányítást; és ami ébrenléti állapotban történik.”*

Hallucinációk: jellegzetességek

Érzékszervek: hallás, látás, tapintás, szaglás, stb.
(+ érzelmek, fókuszált figyelem, észlelési elvárások)

Disputa:

”a mentális betegség jele!” (medikális)

”egy normális jelenség!” (pszichológiai)

-> pszichiátriai és neurológiai zavarokban IS és nélkülük IS

- **spontán:** alváshoz/álmhoz kapcsolódó
- **indukált:** hallucinogénekhez kapcsolódó
- **patológiás:** betegségekhez kapcsolódó

Hallucinációk: jelenségek

- **spontán: alváshoz/álmhoz kapcsolódó**
 - *hipnagóg* hallucinációk (elalvás előtt)
 - álmodás
 - *hipnopomp* hallucinációk (ébredés után)
 - alvásmegvonás
- **patológiás: betegségekhez kapcsolódó**
 - alkoholemegvonás (*delirium tremens*)
 - skizofrénia
 - Parkinson-kór
 - Charles Bonnet szindróma
 - Lhermitte pedunkuláris hallucinózis
 - fokális epilepszia
- **indukált: hallucinogénekhez kapcsolódó**
 - > (ld. a következő oldalon)

Hallucinogének: kategóriák

Deliriáns szerek (*acetilkolin*)

- hioszciamin, szkopolamin, atropin
(csattanó maszlag, nadragulya, beléndek, angyaltrombita, mandragóra)

Disszociatív szerek (*GABA, NMDA*)

- ketamin, fenciklidin, ibogain, N₂O

Pszichedelikus szerek (*szerootonin*)

- LSD, meszkalin, pszilocibin, DMT, LSA
(varázsgomba, ayahuasca, yopo, kék hajnalka)



Egyéb kapcsolódó anyagok

Depresszánsok	Alkohol		
	Szipu, oldószerek		
	Altatók, nyugtatók, szorongásoldók (<i>nem orvosi javallatra</i>)		
	Gyógyszer és alkohol együtt		
	Heroin, egyéb ópiátok		
	GHB/Gina, GBL		
Stimulánsok	Dohány		
	Ecstasy (MDMA)		
	Amfetamin, egyéb stimulánsok		
	Kokain		
Hallucinogének	Deliriáns	Csattanó maszlag, angyaltrombita, beléndek stb.	
	Disszociatív	Ketamin	
		Kéjgáz/N ₂ O	
		PCP	
	Pszichedelikus	'minor'	Marihuána, hasis
			Új szintetikus drogok (2C-B/Nexus, 5-MeO-DMT stb.)
			Ibogain
		'major'	LSD
			Pszilocibingomba
			Meszkalinkaktusz
Látnokzsálya			
	DMT (ayahuasca, yopo stb.)		
	LSA (kék hajnalka, HBWR stb.)		
(fiktív drog)		Relevin	

A szerhasználat céljai

1. Vallási vagy spirituális gyakorlatok elmélyítése
2. Önismeret, önvizsgálat
3. Öngyógyítás
4. Hangulatjavítás
5. Unalom és reménytelenség elűzése
6. Hiánypótlás
7. Társas érintkezés előmozdítása és fokozása
8. Érzékelés és jóérzés fokozása
9. Művészi alkotó- és előadóképesség serkentése
10. Testi teljesítmény növelése
11. Lázadás, alternatív életmód
12. Egyedi identitás kialakítása és mások figyelmének felkeltése
13. Csoportba tartozás kimutatása
14. Kíváncsiság kielégítése

A szerhasználat céljai

Microsoft Excel - psylife.xls

Éjl Szerkesztés Nézet Beszúrás Formátum Eszközök Adatok Ablak Súgó Adobe PDF Kérdése van? Írja be ide.

Arial 10 F D A

S101 ANYAG***CÉLZAT**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	ANYAG* CÉLZAT	vallási va	önismere	öngyógyi	hangulat	unalom é	hiánypót	társas éri	érzékelé	művészi	testi telje	lázadás,	egyedi id	csoportb;	kíváncsisá
2	Alkohol				4	1		6	2			2		2	1
3	Dohány				1	2	7	2				2		3	1
4	Szipu, oldószerek														1
5	Altatók, nyugtatók, s			2	1	1									1
6	Gyógyszer és alkoho				1	1									1
7	Marihuána, hasis	1	2	2	2	1	1	2	2	3		1		1	1
8	Ecstasy/MDMA				2			1	2			3			1
9	Amfetamin, egyéb st				2			1	1			7			1
10	Kokain				1			1	1			1			1
11	Heroin, egyéb ópiátc														
12	LSD	3	3	1					1	1					1
13	Pszilocibingomba	3	3	1					1	1					1
14	Meszkalinkaktusz	1	1												
15	Látnokzsálya	2	2						1	1					2
16	Ketamin				1										1
17	Kéjgáz/N2O				2				1						2
18	Új szintetikus drogok														
19	PCP/angyalpor														
20	DMT (Ayahuasca, Yo														
21	Ibogain														
22	Relevin														
23	GHB/Gina, GBL														
24	Csattanó maszlag, a														
25	LSA (kék hajnalka, H	1	1												1

Droginstrumentalizációs hipotézis

- A rendszeresen pszichoaktív szert fogyasztók nagytöbbsége nem szerfüggő és soha sem lesz szerfüggő.
- “Drog-instrumentalizáció” kétlépcsős viselkedési folyamata:
(1) pszichoaktív drog keresése és fogyasztása által a jelenlegi tudatállapot egy korábban megtanult tudatállapottá változik, mely lehetővé teszi (2) a korábban kiépített viselkedések jobb teljesítését és a jobb cél-elérést.

Droginstrumentalizációs hipotézis

1. Társas interakció javítása.
2. Szexuális viselkedés elősegítése.
3. Kognitív teljesítmény javítása és fáradtság ellensúlyozása.
4. Pszichológiai stresszből felépülés és megküzdés
5. Mentális problémák öngyógyítása
6. Észlelési kíváncsiság – tágult érzékelési határok.
7. Eufória, hedónia és 'beállás' (*high*).
8. Külalak és vonzóság fokozása.
- + 9. Spirituális és vallásos tevékenységek elősegítése.

Emberi szükségletek és pszichedelikumok

Transzcendencia

Önmegvalósítás

(Esz­tétikus)

Kognitív

Önbecsülés

Szeretet

Biztonság

Fiziológiai

≈

Spirituális

Szocio

Pszicho

Bio

Misztikus
élmények

Enteogén
egyházak

Kreativitás

MTÁ

Klaszter
fejfájások

?

Ön-
transzcendencia

Gnózis

Tudatkutatás

Pszicho-
terápia

Önismeret

Addikciók
kezelése

Öngyógyítás

...

Pszichonauta szubkultúra

Pszichonauta: olyan személy, aki különféle tudatmódosító technikákat használva, például hallucinogén szerek segítségével, belső felfedező utazásokat tesz saját pszichéjében.

PSZICHONAUTÁK

A pszichonauták szerint az így megtapasztalt spirituális élmények - helyesen feldolgozva - tartós és pozitív hatással lehetnek a mindennapi életre.

Autognosztikus pszichonauták

autognózis = “önismeretszerzés”

pszichonauta = “az elme hajója”

- történelmi és anekdotikus bizonyítékok
- tudatmódosító élmény alkalmi keresése
- személyes tanulmányozás -> deskriptív introspekció
- drogos önkísérletek: a nyugati pszichológia gyökerei
 - William James: kéjgáz
 - Aldous Huxley: meszkalin, LSD
 - Albert Hofmann: LSD, pszilocibin
 - Alexander Shulgin: több száz szintetikus pszichoaktív szer
- ritkán tanulmányozott underground szubkultúra



Pszichedelikumok a 21. században

- Kultúra

- Tudomány

- Kutatások

- Felmérés: *általános, rekreációs, közösségi, spirituális populációk*

- Kísérleti: *sejtkísérletek, állatkísérletek, emberkísérletek (egészséges, tapasztalt alanyok, MD)*

- Alkalmazások

- Gyógyászat/terápia

- addiktológia (*alkohol, ópiumok, stimulánsok*)

- pszichoterápia

- Hospice

- Vallás



Biohacking

A test/elme -komplexum szándékos megváltoztatása különféle (biológiai, pszichológiai, farmakológiai, technológiai) ágensek, eszközök és technikák segítségével, az emberi létezésben rejlő lehetőségek tudatosan fokozott megvalósítása által, az egyéni és társas/társadalmi életminőséget javító és előrevivő célzattal.



Köszönöm a figyelmet!



Következő előadás **ONLINE:**

[04] Pszichedelikumok: droginformáció

okt. 7. csütörtök 10:45