Schmelowszky Ágoston - Pszichoterápia és pszichoanalízis: gyógyítás és tudomány

2026. október 22-én iskolánkban, a Kispesti Deák Ferenc Gimnáziumban megrendezésre került a „Nem középiskolás fokon” előadássorozat következő állomása. Ennek keretében a legkülönbözőbb tudományágak képviselői látogattak el hozzánk, és vezettek be minket saját kutatásaik rejtelmeiben.

Az előadás szerintünk nagyon informatív és lényegretörő volt. Nagyon pozitívan éltük meg, hogy sok érdekes témában informálódhattunk, a figyelmünket kellőképpen felkeltette. Ezenkívűl sokrétű volt, a bennünk megfogalmazódó kérdésekre alapos/kielégítő válaszokat kaptunk. Schmelowszky Ágoston nagyon érthetően, követhetően beszélt és logikusan építette fel az előadását.

Az előadás fő témái közé tartozott a pszichoterápia célja, a terapeuta és a kliens közötti bizalmi kapcsolat jelentősége, valamint az, hogy milyen esetekben lehet szükség szakmai segítségre. Szó esett több lehetséges módszerről is. Az előadás során megtudhattuk, hogy mi a pszihoterápia és a pszihoanalízis, illetve hogy mivel foglalkoznak pontosan a pszihoterapeuták. A pszichoterápia nemcsak a komolyabb lelki problémák kezelésében segíthet, hanem az önmagunk jobb megértését és a mindennapi nehézségekkel való megküzdést is támogathatja. Fontos azonban, hogy a megfelelő módszer kiválasztása mindig az egyéni szükségletektől és a szakemberrel való közös munkától függjön.

Tetszett, hogy betekintést nyerhettünk a pszichoterápia világába, és jobban megérthettük, milyen fontos szerepet játszik az emberek életében. Megtudhattuk, hogy a pszichoterápia segíthet a problémák feldolgozásában, az önismeret fejlesztésében és a nehéz élethelyzetek megoldásában. Különösen tetszett, hogy az előadás rávilágított arra, mennyire fontos a lelki egészségünk, és hogy segítséget kérni teljesen természetes dolog. Azért választottuk ezt az előadást, mert mindannyian különösen érdeklődünk a téma iránt és maga a pszihológia világa iránt. Szóba került már a továbbtanulással kapcsolatosan is. Összességében pozitív élmény volt számunkra, mert új ismeretekkel gazdagodtunk, és úgy gondoljuk, hogy az előadás sok ember számára hasznos lehetett.

Írta: Mátrai Csenge Bolda, Soós-Varga Jázmin, Zemmel Zita (10.b)

Az esemény az MTA Alumni program segítségével valósult meg.