

**TERÁPIA NATÚRA**

L A P Í T V Á N Y

**Webinárium**


Járványhelyzettel  
kapcsolatos lelki  
változások

Mit veszítettünk és miből lett túl sok a karantén ideje alatt?

Gyerekkorban  
begyűjtött traumára  
felnőttkorban is  
„gyerekként”  
reagálunk, ha hasonló  
jön

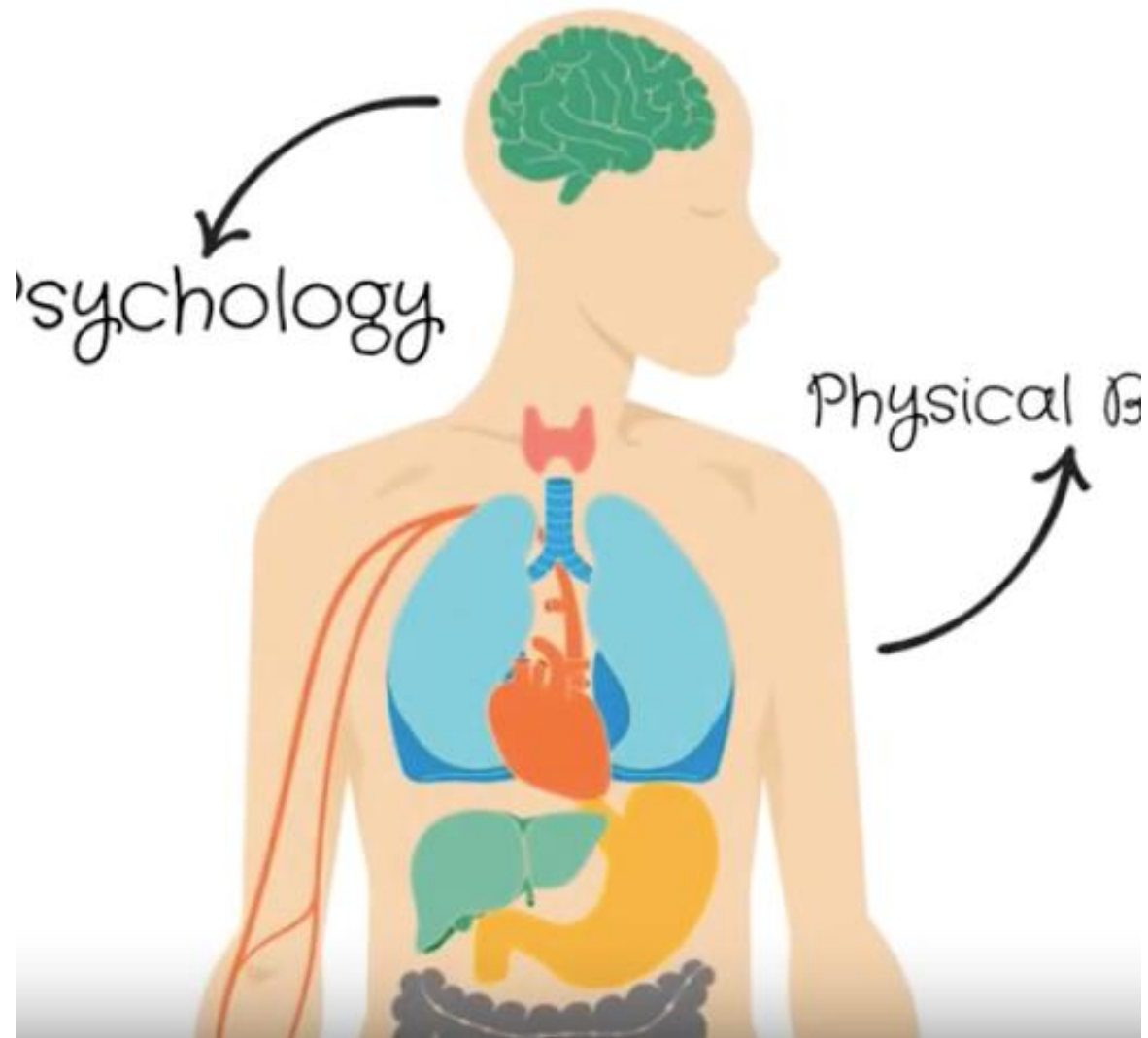
- Túl sok információ/inger jön be
- Túl kevés a bejövő információ/inger (kapcsolatok)
- Téves információk
- Kiszámíthatatlanság, bizonytalanság
- Az idő „összefolyik” – időstrukturálás!
- Stressz – nem önálló betegség – csak tünet
- Veszteségek feldolgozása – gyász munka (semmi sem lesz már olyan, mint azelőtt)
- Reaktív depresszió – nem önálló betegség, a gyászfolyamat része

„Lemegyünk gyerekebe”



tehetetlenség  
kiszolgáltatottság  
bezártság  
becsapottság  
düh, harag, dac  
nem én irányítom az  
életem...

Egy kompenzált  
állapotban lévő alkat is  
dekompenzálódik  
ilyesmitől, jelentkeznek a  
testi – lelki tünetek.



# Psycho Neuro Immune System



Mely Fogékony  
Típusokat kell itt  
megemlítenünk?

- Lycopodium clavatum
- Pulsatilla
- Natrium muriaticum (chloratum)
- Chamomilla vulgáris
- Stramonium
- Argentum nitricum
- Gelsemium
- Ignatia amara
- Arsenicum album
- Nux vomica

Tüneti szerekre is gondoljunk!

Mikor milyen fogékony típusra és tüneti szerekre gondoljunk és miért?

- Lycopodium : „nincs szükségem segítségre”
- Pulsatilla : szeparációs szorongás
- Chamomilla : nem csak gyerekeknél!
- Natrium muriaticum: „hasznos vagyok, tehát létezem” - így van joga odatartozni
- **Arsenicum album : a járvány esszenciája!**
- Ignatia amara : akut gyász szere
- Nux vomica: „show must go on”
- Egyéb állapotok szereit: Argentum nitricum, Stramonium, Gelsemium, Aconitum napellus



ARSENICUM ALBUM  
ÁLLAPOT JELLEGZETES  
TÜNETEI

„NEHÉZ BETEG”

Félelem a betegségtől, haláltól.

Súlyosabbnak látja a betegségét, mint amilyen valójában.

Nyugtalanság, kimerültség, egyik helyről a másikra megy.

Szorongás, szuicid gondolatok.

Mániáig fokozódó rendszeretet, kritikus másokkal.

Extrém szomorúság, depresszió.

Impulzív, gyanakvó, paranoid természet.

Nehezen alszik el, rémálmai vannak.

Javul melegben, bebugyolálva.





PULSATILLA ÁLLAPOT  
JELLEGZETES TÜNETEI

„SZEPARÁCIÓS SZORONGÁS”

Vigasztalásra, ölelésre vágyik.

Érzelmi megrázkódtatás - etiológia.

Kimutatja az érzéseit, könnyen sír. „A Materia Medica legkönnyesebb szere” – Kent.

Változékony tünetek, egyszer nevet, egyszer sír.

Érzékeny a kritikára, megbántódik.

Empatikus.

Fél a sötétben és tömegben.

Javul friss levegőn.



NATRIUM CHLORATUM  
ÁLLAPOT JELLEGZETES  
TÜNETEI

„BIZONYÍTOK”

Introvertált. Dühös, ha vigasztalják.

Minden valós vagy vélt sértésre emlékszik.

Fél a rablóktól és a mennydörgéstől.

Kerüli az intim helyzeteket, fél, hogy sérül.

Zenétől érzelmes állapotba kerül, sír.

Régen tartó, hosszú gyász.

Magát hibáztatja a veszteség miatt.

Nem tud idegen helyen vizeletet üríteni.



## LYCOPODIUM ÁLLAPOT JELLEGZETES TÜNETEI

„NINCS SZÜKSÉGEM SEGÍTSÉGRE”

Melankólia és irritált állapot változik. Agresszív kitörések.

Domináns viselkedéssel kompenzálja az önbizalomhiányt.

Kihagy a memóriája, tompa.

Hiperérzékeny zajokra.

Szorongás ébredés után.

Mások véleménye nagyon érdekli, fél a megmérettetéstől, szerepléstől.

Félelem haláltól, sötétől, tömegben és új helyzetektől.

Nem kívánja a társaságot, de fél egyedül.

Nem szomjas, és kívánja az édességet. Puffad.



## IGNATIA ÁLLAPOT JELLEGZETES TÜNETEI

„AZ ELLENTMONDÁSOK SZERE”

Fecsegő, hisztérikus. Egyszer nevet, egyszer sír.

Elutasítja a vigasztalást.

Bántalmazott nők és gyerekek egyik szere.

Féltékenység, szerelmi bánat, gyász - etiológia

Munkában nagyon alapos.

Hangos sóhajtozás.

Antiszociális, fél a jövő eseményeitől.

Gombócérzet a torokban.



## NUX VOMICA ÁLLAPOT JELLEGZETES TÜNETEI

„KÉT VÉGÉN ÉGETI A GYERTYÁT”

Agresszív, elégedetlen.

Munka és ajzószer függő.

Kritikus másokkal, durva, szarkasztikus.

Nem tud koncentrálni, feledékeny.

Gyerekkori trauma gyakori.

Álmatlanság, hajnali 3-tól nem tud aludni.

Keresi a konfrontáció lehetőségét.

Emésztőrendszeri panaszok.

# Reziliencia



## Végső körkérdés

Ez a webinárium  
megfelelt az  
elvárásaimnak?

Mit fognak ebből  
hazavinni?