KRE Pszichológiai Intézet

BPS8420 Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái

2024 tavaszi félév

Dr Levente Móró
PhD (psychology)
DRLEVE@IKI.FI

Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái
előadások (6 x 3+ h)

[01] febr. 20.	[01.1] Bevezetés és áttekintés
	[01.2] Módosult tudatállapot -asszisztált terápiák
	[01.3] A pszichedelikumok tágabb kontextusa
[02] márc. 5.	[02.1] Pszichedelikumok: droginformáció
	[02.2] A pszichedelikus élmény pszichológiája
	[02.3] Pszichedelikumok: kutatások, kísérletek, gyógyászat
[03] márc. 19.	[03.1] Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: elmélet
	[03.2] Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: gyakorlat
[04] ápr. 9.	[04] A pszichedelikus élmények integrációja
[05] ápr. 23.	[05] INTERAKTÍV! gyakorlatok és egyéb meglepetések... :D
[06] máj. 7.	[06] Összefoglalás és kitekintés

ELŐADÁSOK

Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái

[01]

Módosult tudatállapot -asszisztált terápiák
A pszichedelikumok tágabb kontextusa

Dr. Móró Levente

Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái

[02]

Pszichedelikumok: droginformáció
A pszichedelikus élmény pszichológiája
Kutatások, kísérletek, gyógyászat

Dr. Móró Levente

Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái

[03]

Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: elmélet & gyakorlat

MDMA pszilocibin ketamin LSD ibogain ayahuasca

Dr. Móró Levente

Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái

[04]

A pszichedelikus élmények integrációja

Dr. Móró Levente

Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái

[01]

Módosult tudatállapot -asszisztált terápiák
A pszichedelikumok tágabb kontextusa

Dr. Móró Levente

[01.2] Módosult tudatállapot - asszisztált terápiák

Tartalom

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

Módosult tudatállapotok: meghatározások

“Ideiglenes változás a szubjektív élmény általános mintájában, mely során az egyén úgy véli, hogy elmebeli működése határozottan eltér szokványos ébrenléti tudatállapotának bizonyos általános normáitól.”

Farthing GW (1992) "The Psychology of Consciousness"

Módosult tudatállapotok: jelenségek

Álmodás
Hipnózis
Meditáció
Hallucinációk
Transzállapotok
Hipnagóg állapotok
Tudatos álom
Testenkívüli élmények
Vallásos élmények
Halálközeli élmények

- spontán kiváltódó
- fiziológiailag kiváltott
- pszichológiailag kiváltott
- farmakológiailag kiváltott
- betegségek által kiváltott

- természetes
- spontán
- patológikus
- szándékos
- visszafordítható

- ingermegvonás
- túlingerlés
- ismétlés
- testi változások
- légzés
- pszichoaktív

William James (1842-1910)

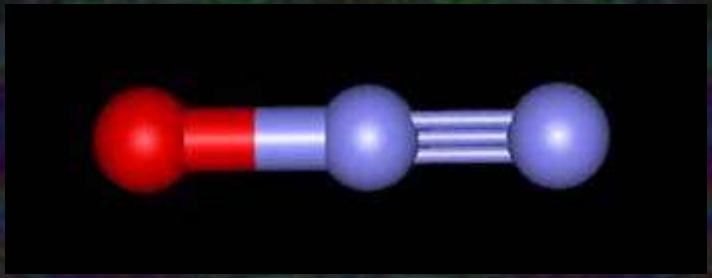
”Köznapi, éber tudatunk, amelyet racionális tudatnak is nevezünk, csupán a tudat egy sajátos állapota. Emellett azonban még számtalan egyéb lehetséges, teljesen más tudatállapot is létezik, melyeket hártyaszerűen finom fátyolok különítenek el.”

”Leélhetjük életünket anélkül, hogy ezek létezéséről tudnánk, de a megfelelő kiváltó inger által egy szempillantás alatt teljes, határozott mentalitástípusok bukkannak elő, melyeknek valószínűleg megvannak a saját felhasználási és alkalmazási területeik. ”

”Az univerzum leírása nem lehet teljes és végső, amennyiben figyelmen kívül hagyja a tudat eme egyéb formáit.”

James W (1902) "The Varieties of Religious Experience"

William James és a N_2O



“Az elme olyan nyilvánvalóan finom megkülönböztetéssel és pillanatnyisággal képes szemlélni a létezés összes logikai összefüggését, mely összehasonlíthatatlan a szokványos tudatállapottal.”

“There are no differences but differences of degree between different degrees of difference and no difference.”

James W (1882) "Subjective Effects of Nitrous Oxide"

Spontán, patológiás és indukált állapotok

aluszékonyság
álmosság
hipnagóg szakasz
szundikálás
mélyalvás
álmodás REM/NREM
hipnopomp szakasz
alvajárás
alvabeszélés
narkolepszia

lázas állapot
delírium
hisztéria
mély depresszió
agitáció
sokkos állapot
katatónia
dühroham
sírógörcs
röhögőgörcs

féltékenység
tudatzavar
paranoia
pszichózis
"runner's high"
"contact high"
hiperventilláció
anoxia
deperszonalizáció
derealizáció

száguldás
nocicepció
orgazmus
poszt-orgazmus
felpörgés
belassulás
hallucinálás
böjt
kóma
DROG

Fiziológiai, farmakológiai és pszichológiai indukciók

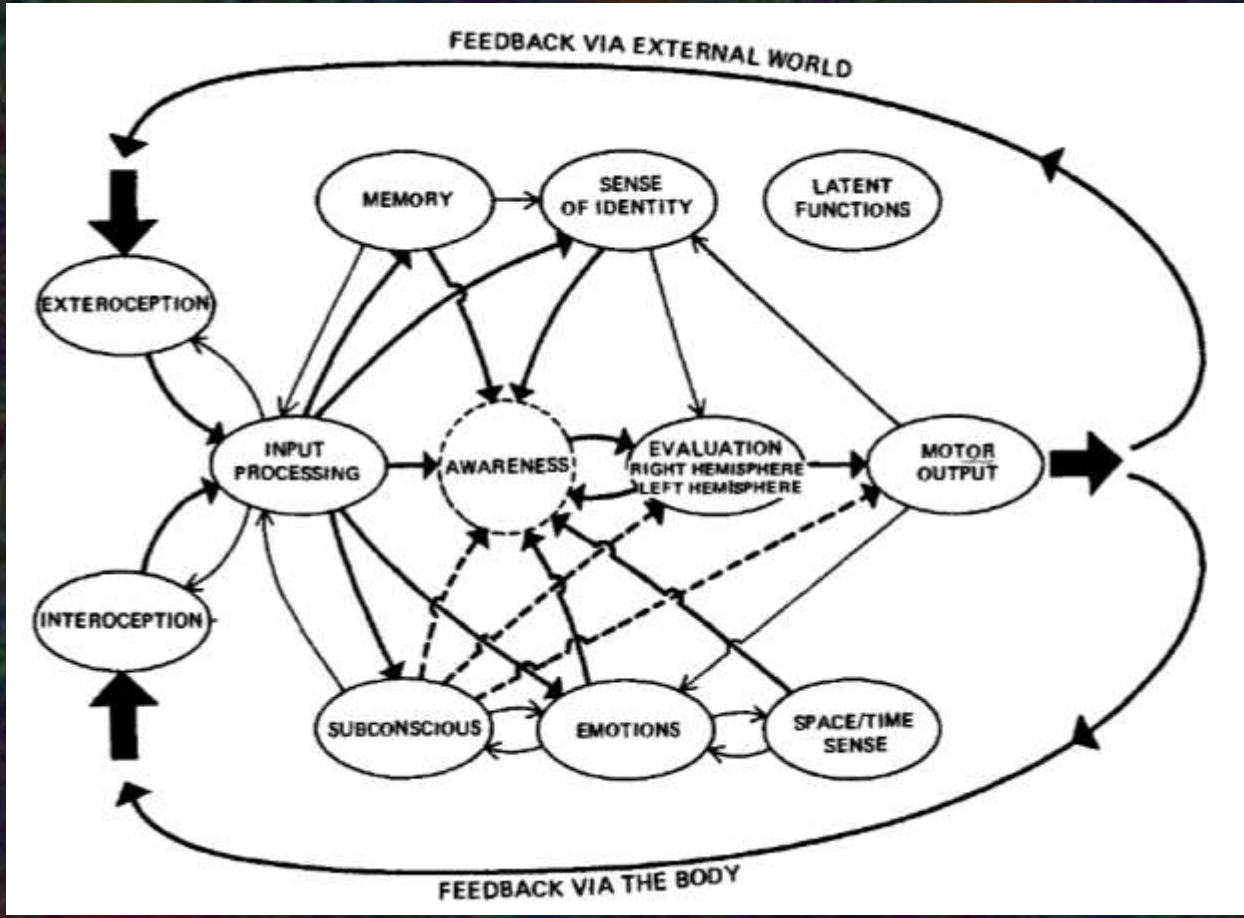
légzés
mozgás
táplálkozás
fájdalom
testhelyzet
alvás
érzékelés
szexualitás
térérzékelés

stimulánsok
depresszánsok
hallucinogének
'smart drugs'
teljesítményfokozók

éberség
érzelmek
gondolatok
emlékezet
képzelgés
motiváció
koncentráció
figyelem
társas kapcsolatok
szerepek

Módosuló tudati alrendszerek

(1) Külső észlelés
(2) Belső észlelés
(3) Input feldolgozás
(4) Memória
(5) Tudattalan
(6) Érzelmek
(7) Értékelés és döntéshozás
(8) Tér/idő érzék
(9) Identitásérzék
(10) Motorikus output



Tart CT (1975) "States of Consciousness"

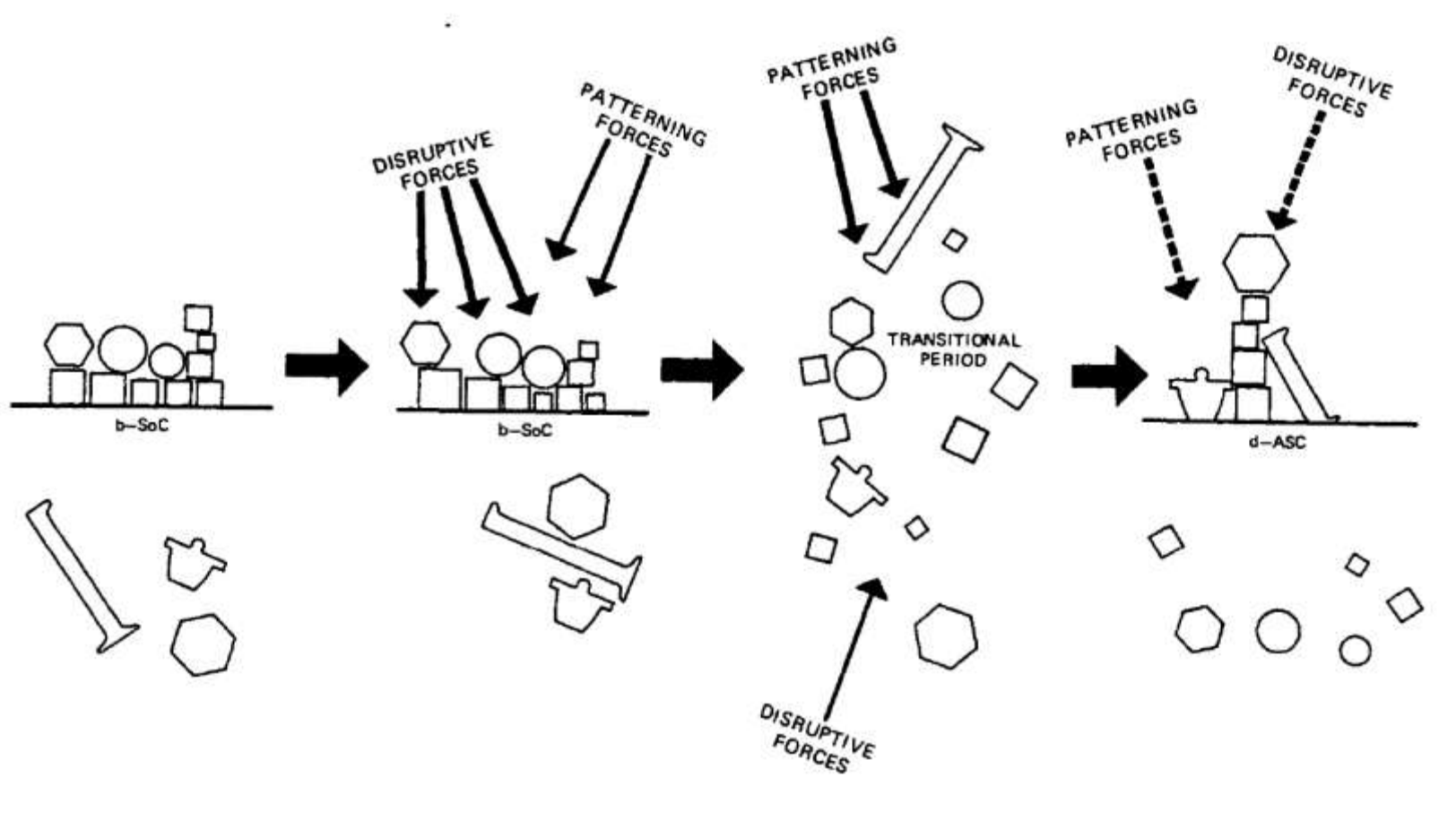
Tudatállapotmódosulás

(meta)stabil alap-TÁ

+ megszakító erők
+ mintázó erők

-> ideiglenes MTÁ

(+ idő) -> alap-TÁ



Tart CT (1975) "States of Consciousness"

A MTÁ terápiás alkalmazásai

Tudatos álom: rémálom-terápia
Hipnózis: érzéstelenítés, pszichoterápia
Meditáció: stresszoldás
Pszilocibin: depresszió, rögeszmés-kényszeres zavar, nikotin-függőség
Pszilocibin, LSD, LSA: kluszter fejfájás
MDMA, LSD: pszichoterápia
MDMA: poszttraumatikus stressz zavar (PTSD)
LSD, pszilocibin: rákos betegek életvég-szorongása (hospice)
Ayahuasca: depresszió, PTSD, drogabúzus
Ketamin: depresszió
Ibogain: ópiátfüggőség
LSD: idült alkoholbetegség

[01.3] A pszichedelikumok tágabb kontextusa

TOC

Hallucinációk: meghatározások és jelenségek.
Hallucinogének: disszociatív, deliriáns, pszichedelikus.
Egyéb pszichoaktív 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/álomhoz kapcsolódó
- indukált: hallucinogénekhez kapcsolódó
- patológiás: betegségekhez kapcsolódó

Hallucinációk: jelenségek

- spontán: alváshoz/álomhoz kapcsolódó
  - *hipnagóg* hallucinációk (elalvás előtt)
  - álmodás
  - *hipnopomp* hallucinációk (ébredés után)
  - alvásmegvonás
- patológiás: betegségekhez kapcsolódó
  - alkoholmegvonás (*delirium tremens*)
  - skizofrénia
  - Parkinson-kór
  - Charles Bonnet szindróma
  - Lhermitte pedunkuláris hallucinózis
  - fokális epilepszia
- indukált: hallucinogénekhez kapcsolódó

-> *(ld. a következő oldalon)*

Hallucinogének: kategóriák

<u>Deliriáns</u> szerek *(acetilkolin)*

- hioszciamin, szkopolamin, atropin

(csattanó maszlag, nadragulya, beléndek, angyaltrombita, mandragóra)

<u>Disszociatív</u> szerek (*GABA, NMDA*)

- ketamin, fenciklidin, ibogain, N2O

<u>Pszichedelikus</u> szerek (*szerotonin*)

- LSD, meszkalin, pszilocibin, DMT, LSA

(varázsgomba, ayahuasca, yopo, kék hajnalka)

Egyéb pszichoaktív anyagok

Depresszánsok			Alkohol
			Szipu, oldószerek
			Altatók, nyugtatók, szorongásoldók (nem orvosi javallatra)
			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/N2O
			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

Móró, Simon, Bárd, & Rácz (2011)

A szerhasználat céljai

1. RELSPI Vallási vagy spirituális gyakorlatok elmélyítése
2. S-KNOW Önismeret, önvizsgálat
3. S-MEDI Öngyógyítás
4. MOOD Hangulatjavítás
5. BORED Unalom és reménytelenség elűzése
6. DEFIC Hiánypótlás
7. SOCIAL Társas érintkezés előmozdítása és fokozása
8. SENS Érzékelés és jóérzés fokozása
9. ART Művészi alkotó- és előadóképesség serkentése
10. PHYS Testi teljesítmény növelése
11. REBEL Lázadás, alternatív életmód
12. IDENT Egyedi identitás kialakítása és mások figyelmének felkeltése
13. MEMBER Csoportba tartozás kimutatása
14. CURIO Kíváncsiság kielégítése

Móró, Simon, Bárd, & Rácz (2011)

A szerhasználat céljai

	RELSPI	S-KNOW	S-MEDI	MOOD	BORED	DEFIC	SOCIAL	SENS	ART	PHYS	REBEL	MEMBER
Alkohol				4			6	2			2	3
Dohány					2	7	2				2	3
Altatók, nyugtatók stb.			2									
Ecstasy (MDMA)				2				2		2		
Amfetamin, stimulánsok				2						7		
Kéjgáz (N_2O)				2								
Marihuána, hasis		2		2				2	3			
LSD	3	3										
Pszilocibingomba	3	3										
Látnokzsálya	2	2										

Móró, Simon, Bárd, & Rácz (2011)

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.

Müller & Schumann (2011) Drugs as instruments - A new framework for non-addictive drug use

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.

Müller & Schumann (2011) Drugs as instruments - A new framework for non-addictive drug use

Emberi szükségletek és pszichedelikumok

Transzcendencia
Önmegvalósítás
(Esztétikus)
Kognitív
Önbecsülés
Szeretet
Biztonság
Fiziológiai

≈

Spirituális

Szocio

Pszicho

Bio

Misztikus élmények

?

Ön-transzcendencia

Enteogén egyházak

Gnózis

Kreativitás

Tudatkutatás

Pszicho-terápia

MTÁ

Önismeret

Addikciók kezelése

Klaszter fejfájások

Öngyógyítás

...

Maslow (1943) A Theory of Human Motivation. *Psychological Review 50*, 370–396.

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, ópiátok, stimulánsok)*
      - pszichoterápia
    - Hospice
- **Vallás**

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.

www.daath.hu/pszichonautak

Autognosztikus pszichonautizmus

autognózis = “önismeretszerzés”

pszichonauta = “az elme hajósa”

- 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: többszáz szintetikus pszichoaktív szer
- ritkán tanulmányozott underground szubkultúra

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.

Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái

[02]

Pszichedelikumok: droginformáció
A pszichedelikus élmény pszichológiája
Kutatások, kísérletek, gyógyászat

Dr. Móró Levente

[02.1] Pszichedelikumok: droginformáció

Tartalom

Pszichedelikus és kapcsolódó anyagok történelme, fiziológiája, pszichológiája és fenomenológiája:

MDMA
pszilocibin
ketamin
LSD
ibogain
ayahuasca

[02.1] Pszichedelikumok: droginformáció

Alapfogalmak

HALLUCINOGÉN

pszichoaktív szer, amely észlelési élményeket hoz létre az elmében

PSZICHOTOMIMETIKUS

pszichoaktív szer, amely valamelyest az elmebetegségre hasonlító tüneteket hoz létre

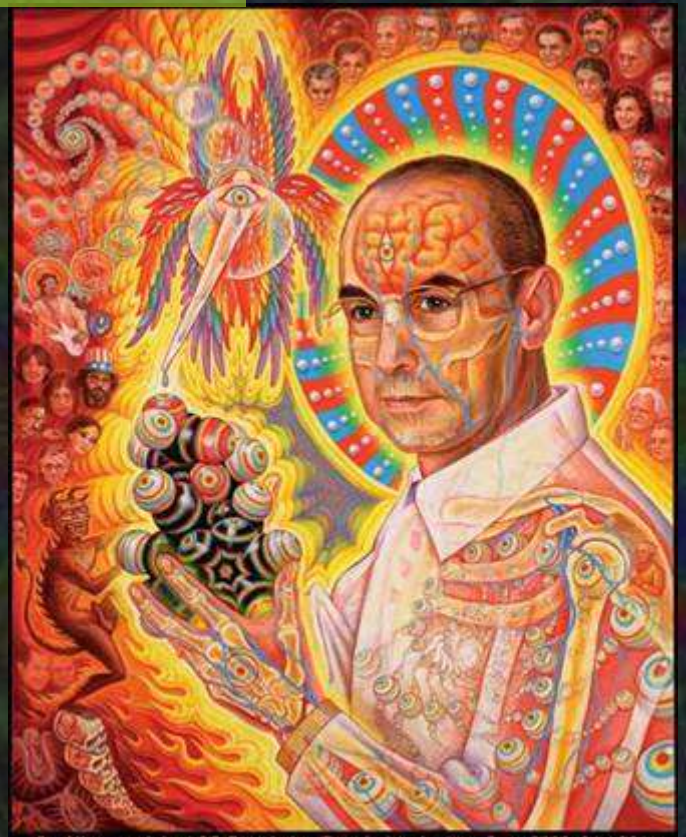
PSZICHEDELIKUS

tudatot kinyilvánító, tudattágító pszichoaktív szer

ENTEOGÉN

spirituális vagy misztikus élmény kiváltására használatos, szakramentális felhasználású pszichoaktív növény vagy szer

Albert Hofmann & LSD (1943)

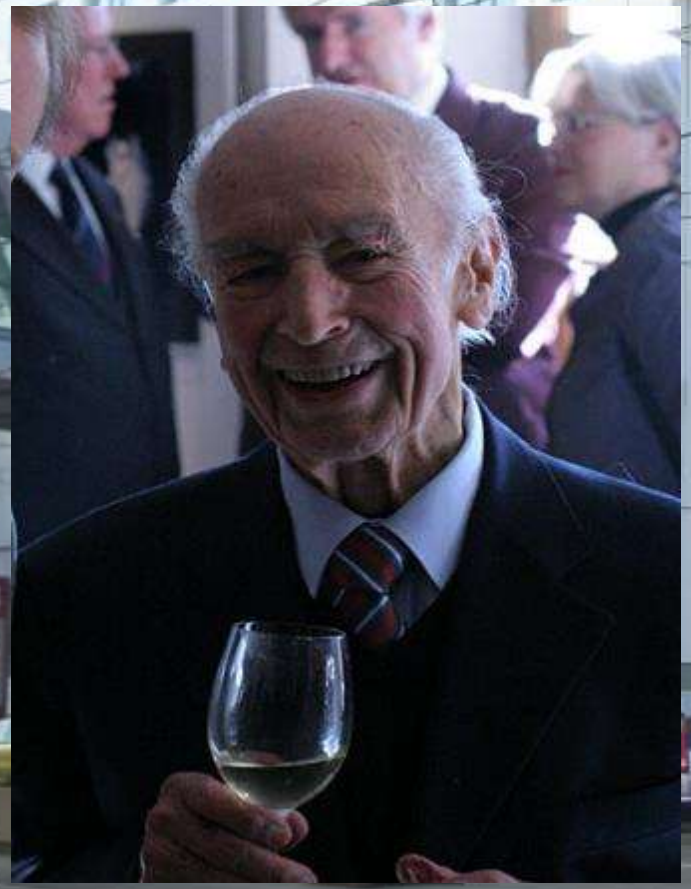


St. Albert and the LSD Revelation Revolution, by Alex Grey, 2006, 24 x 30 in. oil on wood panel alexgrey.com

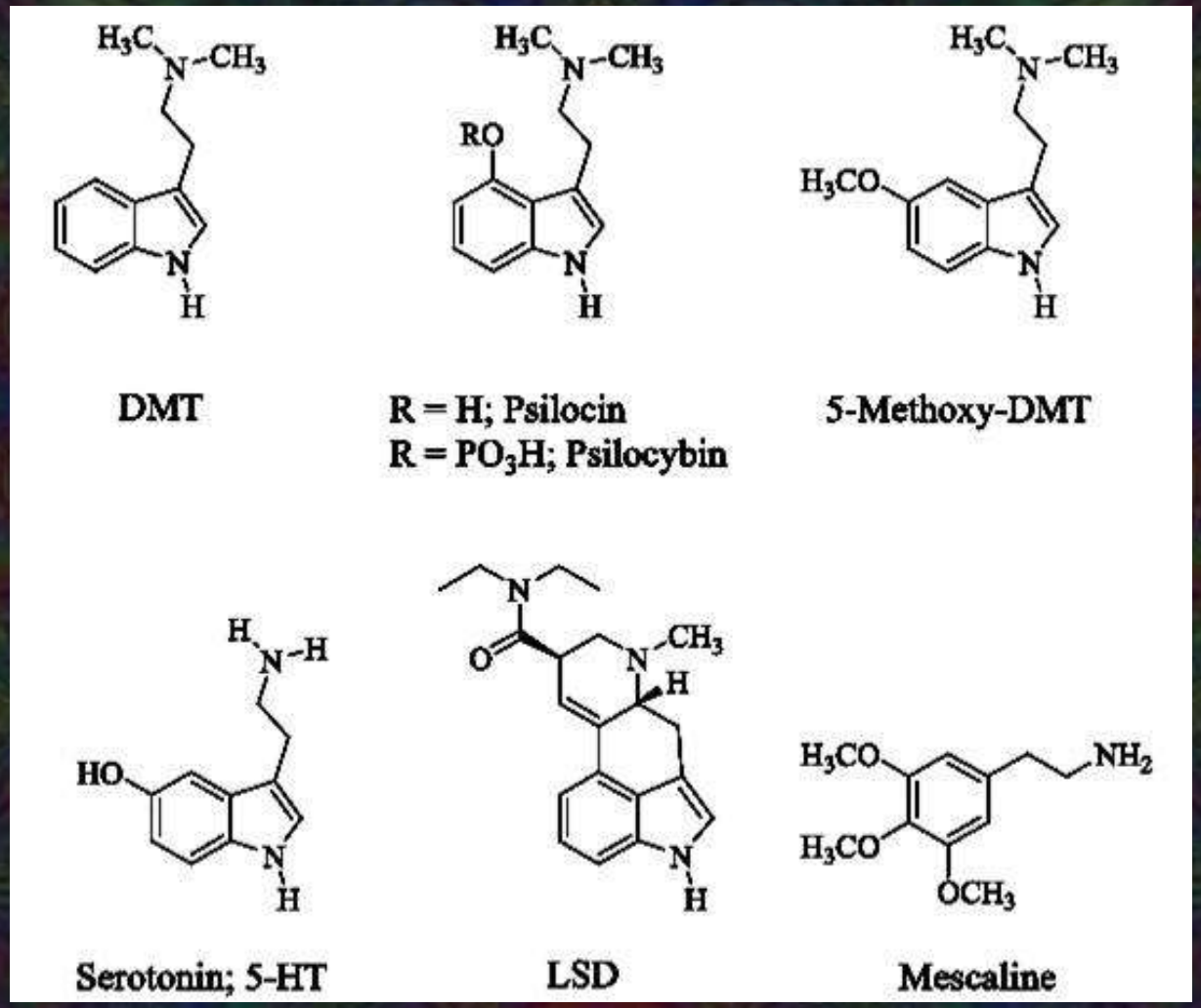
“Álomszerű állapotba kerülve ... folyamatosan áramló fantasztikus képek és rendkívüli formák kaleidoszkopikus színjátékát észleltem”

Hofmann A (1979) ”LSD - My Problem Child”

Albert Hofmann
(1906-2008)



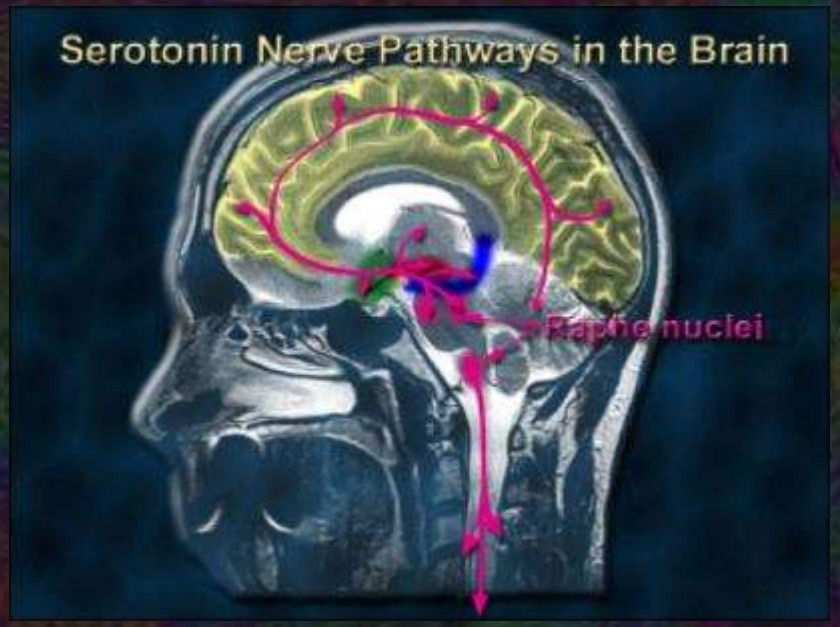
Kémia



Nichols DE (2004) "Hallucinogens"

Neurofarmakológia

Kémiai hasonlóság: szerotonin (5-HT) neurotranszmitter
Általában szerotonin 5-HT_{2A} receptor agonisták
Minimális fizikai hatások/tolerancia, nincs jutalmazás



Pszichofiziológia

A SZET és SZETTING fontossága!

1. **Testi tünetek**: szédülés, gyengeség, remegés, émelygés, álmosság, zsibbadás, homályos látás.

2. **Észlelési tünetek**: megváltozott formák és színek, nehézség a tárgyakra fókuszálásban, kiélesedett hallás, ritka esetekben szinesztézia.

3. **Pszichés tünetek**: hangulatváltozások (változóan boldog, szomorú, ingerlékeny), feszültség, megváltozott időérzék, gondolatok kifejezésének nehézsége, személyiségvesztés, álomszerű érzések, és vizuális hallucinációk.

Fenomenológia

- hangulatjavulás
- gondolattársítás és alkotóképesség növekedése
- zene tudatosulásának és értékelésének növekedése
- érzékek nagyobb tudatosulása (evés, ivás, illatok)
- vizuálok zárt és nyitott szemmel
- szokatlan gondolatok és beszéd
- megváltozott időérzékelés
- gyorsan változó érzelmek
- mély, életváltoztató spirituális élmények

A főbb pszichedelikumok - kívülről

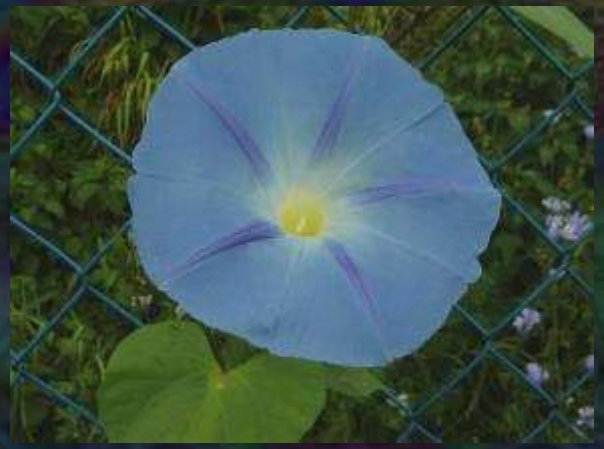
LSD

“varázsgomba”

Peyote

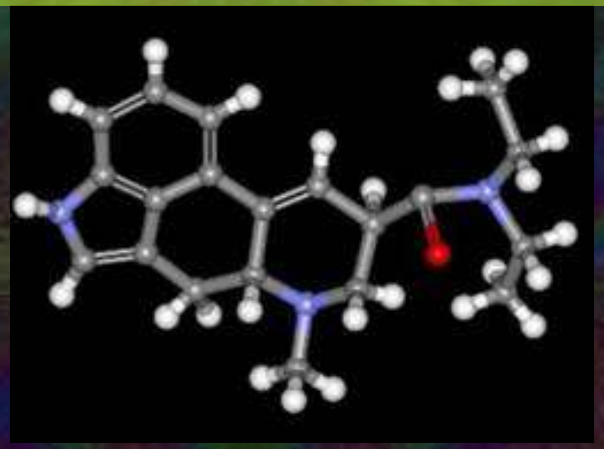
DMT

látnokzsálya



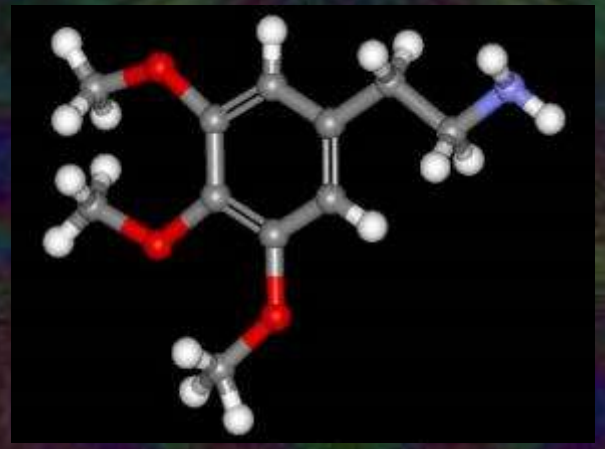
kék hajnalka

A főbb pszichedelikumok - belülről



LSD

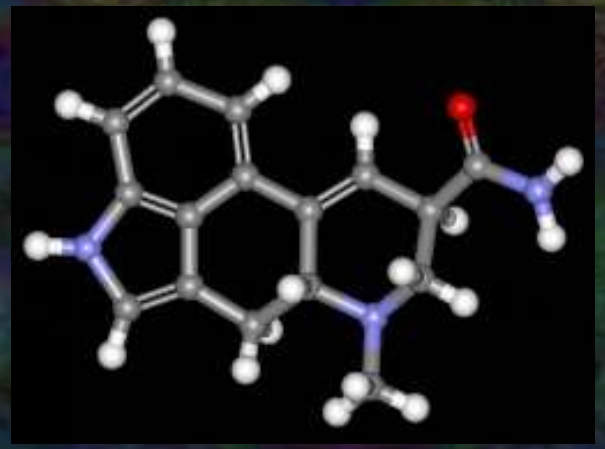
pszilocibin



meszkalin

DMT

szalvinorin-A



LSA

anyagok 1/6:
MDMA

MDMA (metiléndioxi-metamfetamin)

- „empatogén”, „entaktogén”
- MAPS: klinikai kísérletek (-2023?)
- legtöbb klinikai vizsgálat, kész eredményekkel
- PTSD!
- háborús veteránok, szexuális áldozatok
- MDMA-pszichoterapeutaképzés elkezdődött
- terápiasorozat, néhány órás ülések

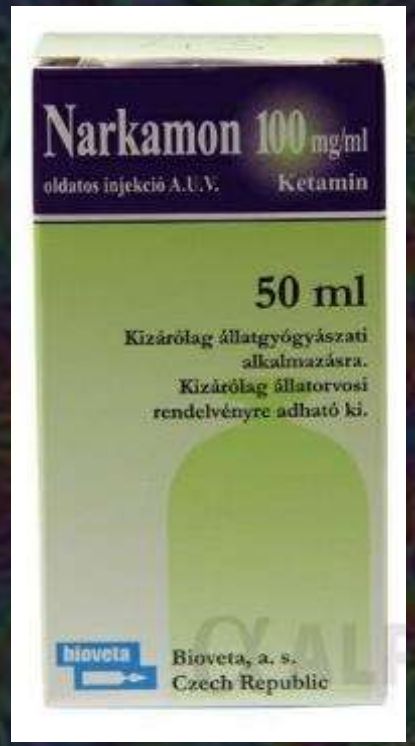
Carhart-Harris, R. L., Wall, M. B., Erritzoe, D., Kaelen, M., Ferguson, B., De Meer, I., . . . Nutt, D. J. (2013). The effect of acutely administered MDMA on subjective and BOLD-fMRI responses to favourite and worst autobiographical memories.

anyagok 2/6:
pszilocibin

pszilocibin ***(4-hidroxi-dimetil-triptamin)***

- "varázsgomba", badargombafajok
- hagyományos használata Mexikóban
- időtartam: 4-6 óra
- szintén szerotonerg
- LSD-hez képest rövidebb, kezelhetőbb
- hospice: halál elfogadása (spirituális trip)
- alkoholfüggőség kezelésére is ígéretes
- dohányzás abbahagyására sikeres kísérletsorozat
- OCD tünetenyhítés

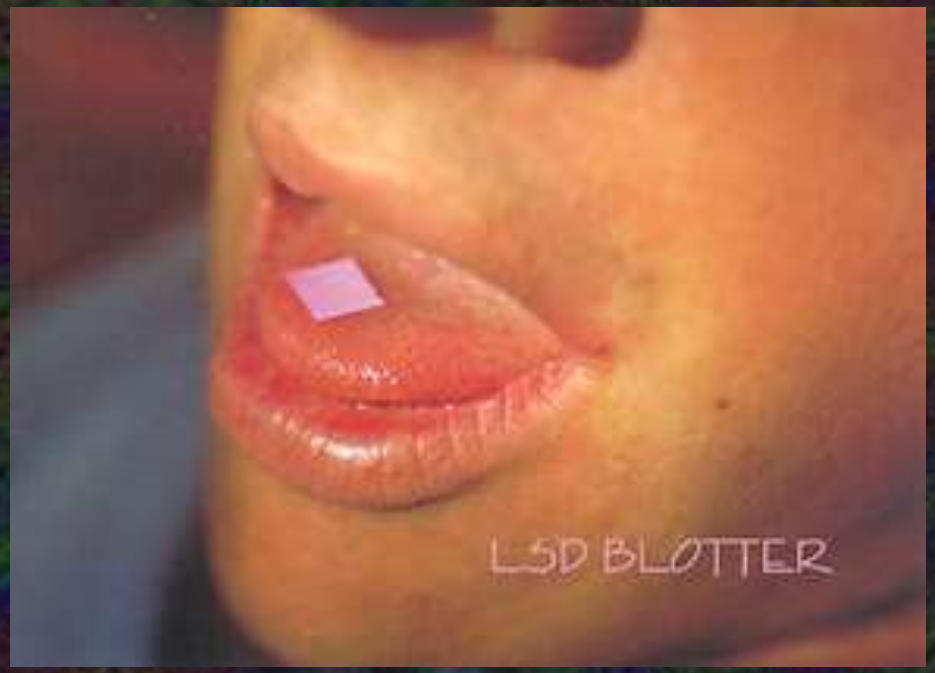
anyagok 3/6:
ketamin



ketamin

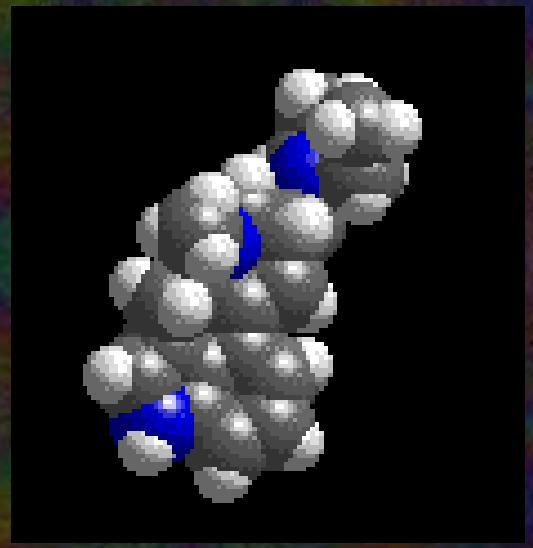
- "lónyugtató" :)
- disszociatív érzéstelenítő
- test(érzés) és tudat szétválasztása
- nagyobb dózis: "K-lyuk"
- újabban antidepresszánsként
- terápia-rezisztens depresszió
- debreceni Kenézy kórház (klinikai, indikación túli, IV)
- SOTE (klinikai, indikált, orrspray)
- ketamin-klinikák már jelenleg is lehetségesek

anyagok 4/6:
LSD



LSD (lizergsav-dietilamid)

- félszintetikus anyarozs-származék
- legismertebb, legtöbbet kutatott hallucinogén
- 40000+ kísérlet, 1000+ publikáció
- időtartam: 8-12 óra
- a pszichiátria forradalmasítója?
- szerotonerg és (később) dopaminerg!
- pszicholitikus és pszichedelikus terápiák
- 2012 meta-analízis: alkoholizmusra hatékony
- életvég-szorongás



Krebs, T. S., & Johansen, P.-Ø. (2012). Lysergic acid diethylamide (LSD) for alcoholism: meta-analysis of randomized controlled trials

anyagok 5/6:
ibogain

ibogain

- *Tabernantha iboga*, nyugat-afrikai cserje
- Bwiti szertartások (beavatás)
- egyszeri vagy néhány alkalmas kezelés
- opioid-sóvárgást megszünteti!
- ópiátok, nem-ópiátok, stimulánsok, kannabisz
- 60+% absztinencia
- 1-2 hetes elvonulás (visszaesés régi környezetben)

Schenberg, E. E., de Castro Comis, M. A., Chaves, B. R., & da Silveira, D. X. (2014). Treating drug dependence with the aid of ibogaine: A retrospective study.

anyagok 6/6:
ayahuasca

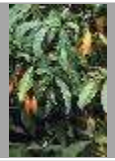
ayahuasca ***("a lélek indája")***

- növényi főzet, 2 vagy több komponenssel:
  DMT (dimetil-triptamin) + MAOI (monoamin-oxidáz gátló)
- őserdei elvonulások, vallásos-rituális ceremóniák
- kontrollált szetting, vallás (közösség) mint védőfaktor
- alacsonyabb szerhasználat
- pszichoterápia erősen „spirituális” - transzcendencia
- csoportos élményként: elvárások, megosztás
- immunológiai hatások

[!] Anyagok x tulajdonságok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Időtartam	4-6 h	4-6 h	pár óra	8-12 h	napok!	4-6 h
Testi diszkomfort	éppen ellenkezőleg ☺	-	(nincs test...)	-	van	van
Addikciós potenciál	igen (eufória)	-	lehet	-	nem akarja ismételni...	-
Gyenge állapotúak, kockázat	lehetséges (szív-/ér-)	-	-	-	lehetséges (hányás)	lehetséges (hányás)
Hatás alatti beszélgetés-terápia	+	-	...	-	...	-

[!] Anyagok x javallatok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Posztttraumatikus stressz zavar						
Major (súlyos) depresszió						
Alkoholfüggőség						
Dohányfüggőség						
Szerhasználati zavarok						
Életvég-szorongás						

[02.2] A pszichedelikus élmény pszichológiája

Tartalom

Pszichoedukáció.
Elméletek és modellek.
Szet és szetting.
Intenció és integráció.
Dekondicionáló ágensek.
Transzperszonalitás és spiritualitás.
Enteogének.
Traumafeldolgozás és regresszió.
Stanislav Grof és a perinatális mátrix.
Metafizikai szempontok.

Pszichoedukáció

Szerhasználati

- **ismeretek (infók és dezinfók)**
- **attitűdök (ideológia, kultúra, szubkultúra)**
- **megfigyelések (mások viselkedése)**
- **sajátélmények (más szerekkel)**

Önismeret!

Ártalomcsökkentés

Világnézet

Elméletek és modellek

Maslow (1943) Theory of human motivation

- alapszükségletek kielégítése (kielégítetlenek előbukkannak!)

Merleau-Ponty (1945) Phénoménologie de la perception

- a megélt test médiuma (fenomenológiai pszichológia)

Antonovsky (1961) Salutogenesis model

- (mentális) egészség fenntartása vs. betegség gyógyítása

Frankl (1963) Search for ultimate meaning

- "jelentés" felé irányulás, értelem-adás, (utólagos) magyarázat

Engel (1977) Biopsychosocial model of health

- a személy biológiai, pszichológiai és társadalmi tényezői

Yalom (1980) Existential psychotherapy

- halál, szabadság, elszigeteltség, jelentésnélküliség életproblémái

Bishop (2009) Biopsychosociospiritual medicine

- transzperszonális élmény által facilitált azonosulás egy metaszinten

Müller & Schumann (2011) Drugs as instruments

- pszichoaktív anyaggal "rátanulás" viselkedések elősegítéséhez

Heurisztikus MTÁ-modell

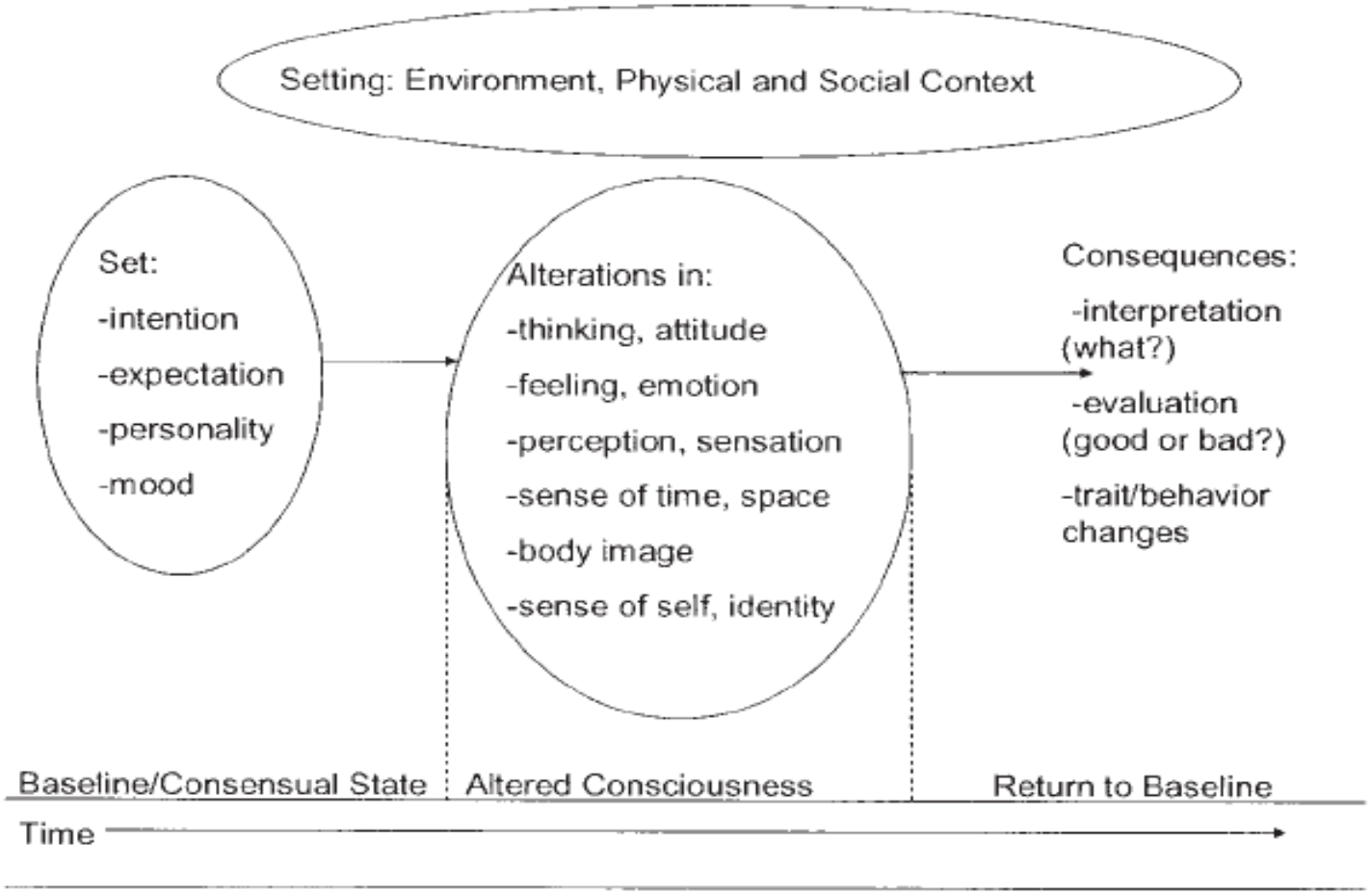


Figure 2.1. General Heuristic Model of Altered States of Consciousness

Metzner R (2005) Psychedelic, Psychoactive, and Addictive Drugs and States of Consciousness

Szet és szetting

"A drog, szet és szetting hármasságából a legkevésbé fontos, legjelentéktelenebb a drog."
(Rick Strassman, DMT-kutató)

- **extrafarmakológiai/nemfarmakológiai tényezők**
- **Szet: személyiség, elvárások, előkészületek, intenció (szándék, célzat)**
- **Szetting: fizikai, társas, kulturális közeg**
- **jelentős eltérés u.akkora adagolású hatóanyag használati élményében**
- **placebo és "contact high" hatások alapja?**

Zinberg (1984) Drug, set, and setting - the basis for controlled intoxicant use
Hartogsohn (2017) Constructing drug effects: A history of set and setting

Intenció és integráció

Intenció (előzetesen)

- fogalomrendszer!
- előre megfogalmazott/kimondott elvárások
- segít az elakadásoknál, irányt ad
- a tudatalatti önprogramozása

Integráció (utólagosan)

- keretezés, átértelmezés, jelentésadás, hasznosíthatóság
- kimondás, leírás, megosztás, átbeszélés - külsős segítsége
- a "rossz élmény" áttranszformálható "hasznos élménnyé"!

Dekondicionáló ágensek

- "pszichointegrátor" - "dekondicionáló ágens" (más szet és szetting)
- dekondicionálás: régi szokások és bevésődött viselkedési minták kioltása
- nem-megfelelő módon végezve kockázatos!
- helyes szettingben kinyitja a reintegrációs lehetőségeket
- bennszülött kultúrák beavatási szertartásai: szimbolikus halál és újraszületés
- a személyiség transzformációja
- értékek változ(tat)ása relatív rövid időtávon belül
- nyugati oktatásnál és pszichoterápiánál évek alatt vagy nem vállalt

Frecska (2011) The risks and potential benefits of ayahuasca use from a psychopharmacological perspective.

Ynul (2005) “Táncrahívás” *(részlet)*
Az élmény időpontja: 2005. május 21.
Az adag: 1 db bicós papír
Helyszín: egy szabadtéri psytrance party

“A pszichedelizálás olyan kérdéseket szül, amik messzire vezetnek. A trip után már nem igazán tudtam folytatni addigi életemet. Az utazás egyes elemeinek értelme még máig kibomlóban van. Ám az biztos, hogy lassanként elkezdtek leválni szokások, azonosulások. Emellett elkezdtek még feltárulni azok az erők, amik meghatározzák azt, hogy hogyan bírok mozdulni és hogy mikor mit látok a világból. Céltalanságom helyett értelmet kaptam, és megindult egy keresés, a szabadságom és egészségem keresése.”

“Ynul” (2005) “Táncrahívás”. www.daath.hu

Transzperszonalitás és spiritualitás

- Maslow-szükséglethierarchia felsőbb szintjei
- vallásosság vs. spiritualitás
- nagyobb egység fogalma
- transzperszonális pszichológia foglalkozik módosult tudatállapotokkal
- irány: felfelé / befelé

Jézus:	"Benned van a Mennyek Országa."
Mohammed:	"Aki ismeri önmagát az ismeri Urát."
Judaizmus:	"Ő van mindenben és minden Őbenne van."
Konfuciusz:	"Ha jól ismered természeted, ismered a Mennyet."
Lao Ce:	"A lelked legmélyén meglátod az Egyet."
Buddha:	"Nézz magadba, Te vagy Buddha!"

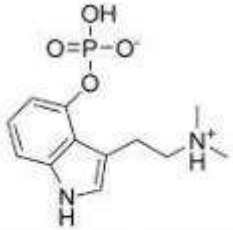
Transzcendens / spirituális élmények

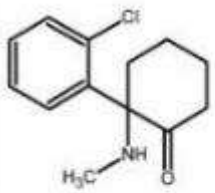
- misztikus jelenségek közvetlen megtapasztalása
- transzcendens jelleg, felfoghatatlanság, elmondhatatlanság
- világkép-átalakító hatás
- magasztosabb értékszemlélet
- értelmező hitrendszer igénye
- vallásos-misztikus élmények feldolgozása
- hitközösség létrehozása
- lelki fejlődés:
  - transzcendencia átélése
  - vallásos élmény közvetlen megtapasztalása
  - módosult tudatállapotok, mint eszközök
  - spirituális ösvényen előrehaladás

Ruck, Bigwood, Staples, Ott, & Wasson (1979) Entheogens
Schultes & Hofmann (1979) Plants of the Gods: Origins of Hallucinogenic Use

Misztikus élmények

Relative relationship of mystical experience to treatment outcome





Paper	Substance	Treatment	Outcome measure	Mystical exp. correlation size
Bogunschutz et al., 2015	psilocybin	**Alcohol** dependence	heavy drinking days %	-.85
Garcia-Romeu et al.,2014	psilocybin	**Tobacco** addiction	Change in craving	-.65
Rothberg et al. 2020	ketamine	**Alcohol** dependence	heavy drinking days %	-.62
Griffiths et al., 2016	psilocybin	End of life **depression & anxiety**	Anxiety (@ 5 weeks)	-.59
Ross et al., 2016	psilocybin	End of life **depression & anxiety**	Depression (@ 6 weeks)	-.49
Ross et al., 2016	psilocybin	End of life **depression & anxiety**	Anxiety (@ 6 weeks)	-.42
Davis et al., 2020	psilocybin	**Major Depressive Disorder**	Depression (@4 weeks)	-.41
Griffiths et al., 2016	psilocybin	End of life **depression & anxiety**	Depression (@ 5 weeks)	-.36

Enteogének

en **[εν] „benn”, *theo* [θεος] „isten, -i”, *-gen* [γενος] „létrehoz”**

- **rituális-ceremoniális használatú pszichoaktív szerek (szakramentumok)**
- **régészeti leletek, kultúrantropológiai és etnobotanikai bizonyítékok, történelmi dokumentációk:**
  - **hindu Védák: *szóma***
  - **közép-amerikai kultúrák: pszilocibin-gombák**
  - **ókori görög eleuziszi misztériumok: *kykeon***
  - **szibériai sámánok: légyölő galóca**

Traumafeldolgozás és regresszió

Traumák 1.: ("mások tették velem")

anya/apa/testvér/gyerek/családtag/rokon/barát/partner/ismerős/egyéb:

meghalt / nem volt jelen / megölték / öngyilkos lett / elhagyott / szexuálisan bántalmazott / fizikailag bántalmazott / abúzált / ignorált / negligált / megvert / megsebesített / pszichésen terrorizált / igazságtalan volt / kihasznált / megcsalt / meglopott / megbetegedett / pszichiátriára került / börtönbe került / balesetet okozott / alkoholista volt / egyéb függő volt / félrekezelték / kiközösítették / ellehetlenítették / stb.

Traumák 2.: ("én tettem másokkal")

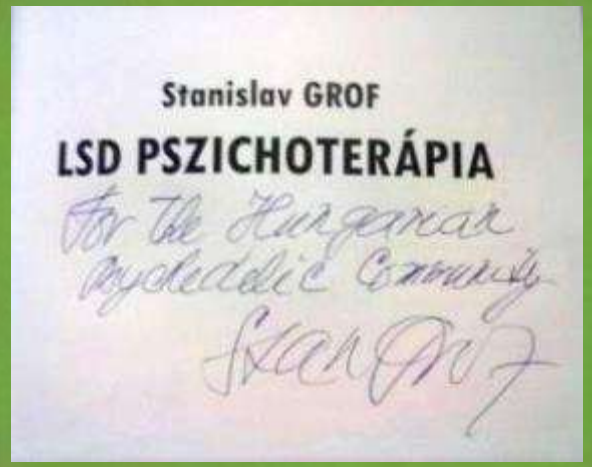
Traumák 3.: ("én tettem magammal")

Traumák 4.: (mások tették másokkal)

Regresszió: melyik életkoromban volt a legjobb életem? (időgép-kérdés)

Stanislav Grof és a perinatális mátrix

- Stanislav Grof (1931-) cseh/amerikai pszichiáter
- LSD-kísérletek / holotróp légzés / transzperszonális pszichológia
- perinatális = születés körüli (előtti-utáni)
- születéshez kötődő traumatikus élménymintázatok
- alapvető perinatális mátrixok (BPM I-IV):
- egység, ellentét, együttműködés, leválás [anyával/-tól]
  - kapcsolódó pszichopatológiai szindrómák
  - megfelelő aktivitások a freudi erogén zónákban
  - kapcsolódó emlékek a születés utáni életből
  - LSD-ülések fenomenológiája



Grof (1980/2013) LSD pszichoterápia - www.daath.hu

Metafizikai szempontok

- metafizikai = a fizikai (érzékszervi) "valóságon" túli
- megismerési források:
  - érzékszervek (naív realitás) -> materializmus
  - következtetés/logika/analógiák (intellektuális)
  - hit / átadott tudás (hiteles forrásból)
  - belső megtapasztalás / szubjektív élmény
- a kliens saját értelmezési modellje?
- (pszichedelikus élmény transzformálhatja)

[02.3] Pszichedelikumok: kutatások, kísérletek, gyógyászat

Tartalom

A pszichedelikus kutatások hajnala, aranykora, szünete és reneszánsza.
Korai eredmények.
Jelenlegi kutatási irányok.
Pszichometrikus mérőeszközök.
Addikciók és függőségek kezelése.
Hospice-alkalmazás: életvég-szorongás.

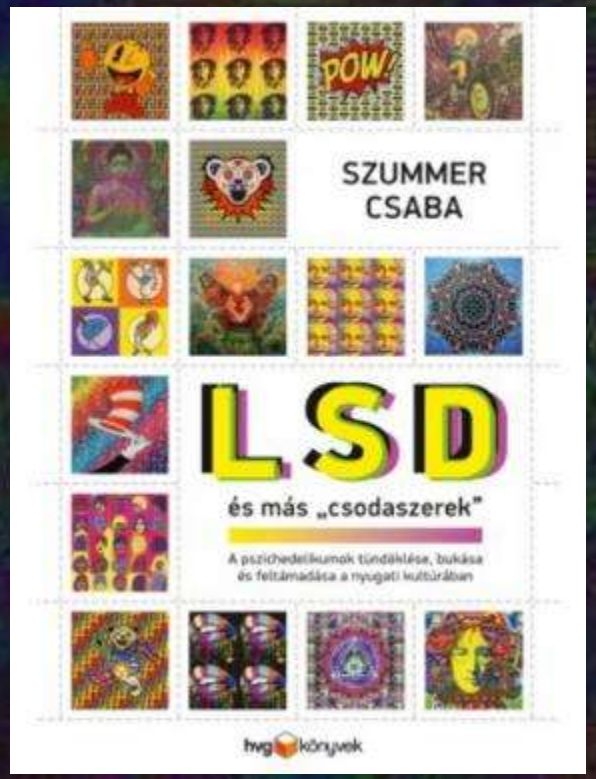
A pszichedelikus kutatások hajnala és aranykora

- XIX. század (vége): peyote/meszkalin önkísérletek
- 1938/1943 Albert Hofmann & LSD!
- 1947- Sandoz LSD (kutatóknak ingyenes, pszichiátereknek is ajánlott)
- 1949- USA-ban, 'pszichotomimetikus'; később szerotonin felfedezése
- '50-es évek: LSD-pszichoterápia (alkoholizmus, depresszió kezelése)
- 1953-1973 C.I.A. projekt MKUltra : LSD, elektrosokk, hipnózis, kínzás
- 1956- Magyarország: LSD, DET, DMT @ OPNI (Szára István)
- '50-es évek vége: pszilocibin izoláció + szintézis (Albert Hofmann)
- '60-as évek: Timothy Leary (1920-1996) @ Harvard pszichológia - LSD!
- 1960- Alexander 'Sasha' Shulgin: 200+ új pszichoaktív szer szintézise
- 1960-67 Stanislav Grof @ Prága: pszichátriai kutatás, 4000 LSD-alany

A pszichedelikus kutatások szünete

- '60-as évek: fiatalság, hippik, lázadás, ellenkultúra, háborúellenesség stb.
- túlpopularizálás, morális pánik, represszív USA drogpolitika
- 1967 Timothy Leary: ‘Turn On - Tune In - Drop Out’
- 1966/68/70 USA, 1971 ENSZ pszichotróp egyezmény
- '70-es és '80-as évek: Nixon (+ Reagan) drogháború
- kutatások ellehetetlenülése (finanszírozás, karrier, szer)
- NIDA-szponzorálta állatkísérletek, elrettentés

- (mindeközben Svájc: pszicholitikus terápiák!)
- (mindeközben USA: MDMA-pszichoterápia 1977-85)



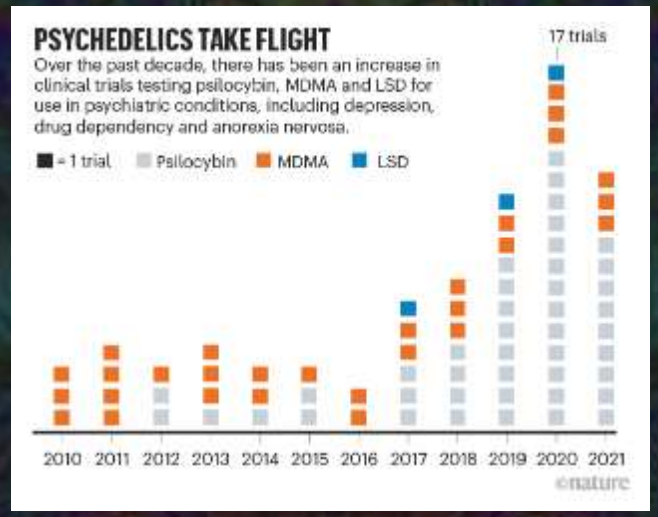
Szummer (2016) LSD és más "csodaszerek" - A pszichedelikumok tündöklése, bukása és feltámadása a nyugati kultúrában

A pszichedelikus kutatások reneszánsza

- **1986- MAPS: MDMA mint gyógyszer**
- **1990- Rick Strassman DMT-kutatásai (USA)**
- **2000- Johns Hopkins egyetem (USA) pszilocibin**
- **nemzetközi konferenciák: 2010- MAPS (USA), 2010- ICPR (NL), 2011 MTPK (HU), 2011- Breaking Convention (UK), 2016- Beyond Psychedelics (CZ), ...**
- **Németország: Torsten Passie MDMA**
- **Svájc: Zürich (+ Bázel)**
- **UK: Beckley -> Imperial (David Nutt), képalkotó eljárások**
- **pszichedelikus (kutató)társaságok/egyesületek**
- **ketamin mint antidepresszáns**

Pszichedelikus kutatóintézetek

- **1986- Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies (MAPS) (+PBC)**
- **Beckley Foundation (UK) (+ Beckley Psytech Ltd.)**
- **Heffter Research Institute (USA)**
- **University of Zurich (CH) Vollenweider lab**
- **+ Imperial (UK), Johns Hopkins (USA), Basel (CH), ... + cégek (100 mrd $)**



Korai eredmények

- LSD 'modellpszichózis' -> kezelőszemélyzet önkísérleti tréningje
- nem sikeres depresszió kezelésére, sokkterápiára
- fokozza az újraátélést (regresszió)
- segédeszköz-megközelítés: a pszichoterápiás folyamatban blokkok, elakadások, stagnálások elhárítása
- élmény-megközelítés: felkészítés, élménymegélés, integráció
- hipnózissal kombinálva ('hipnodelikus terápia')
- alkoholizmus: az LSD-csúcsélmény sikeresebb leszoktató (AA)
- gyermekkori skizofrénia kezelése LSD és pszilocibin alkalmazásával

- ld. Daath.hu » Könyvtár » Tanulmány » Gary Fisher

Jelenlegi kutatási irányok

- klinikák: ketamin » MDMA » pszilocibin » LSD, ayahuasca, ibogain
- + minden egyéb: DMT, 5-MeO-DMT, légyölő galóca
- + új analógok! (nem-pszichoaktívak is!)

Pszichometrikus mérőeszközök

APZ-skála

- szubjektív élménybeszámolók, független felülbírálók
- MTÁ-dimenziók mérése

1. Oceanic Boundlessness (OB)

derealizáció és Én-feloldódás, felerősödött érzéki tudatosság, pozitív alaphangulat, mint egy misztikus élmény során

2. Anxious Ego Dissolution (AED)

gondolatzavar, Én-szétesés, önállóság és önkontroll elvesztése, izgatottság, szorongás, paranoid veszélyérzések

3. Visionary Restructuralization (VR)

hallási és képi illúziók, hallucinációk, szinesztéziai élmény, a különféle észlelések jelentőségének megváltozása

Addikciók és függőségek kezelése

- Biológiai/neurofarmakológiai mechanizmusok (terápia nélkül?)
- pszilocibin (USA; dohányzás)
- ayahuasca (Kanada: Máté Gábor!)
- ibogain (Mexikó + Új-Zéland: opioidok)
- ketamin (Oroszország: heroin)

Hospice-alkalmazás: életvég-szorongás

- **életvég-szorongás enyhítése végstádiumú rákos betegekben**
- **Johns Hopkins (USA) pszilocibin**
- **New York University (USA) pszilocibin**
- **Svájc (LSD)**

Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái

[03]

Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: elmélet & gyakorlat

MDMA pszilocibin ketamin LSD ibogain ayahuasca

Dr. Móró Levente

[03.1] Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: elmélet

Tartalom

Etikai alapelvek.
Pszichedelikus és pszicholitikus terápiák.
Laikus és underground terápiák.
A terapeutaképzés folyamata.
Terápiás protokollok: MAPS, Johns Hopkins, Kenézy kórház.

[!] A terapeuta szerepei

- kliensek felkészítése önálló szerhasználatra
- „trip sitting” (passzív)
- „trip guiding” (aktív)
- terápiás ülések szerhasználat előtt és után
- jelenlét klinikai közegben adminisztrált szerhasználatnál
- személyes élményintegráció
- csoportos integrációs körök vezetése
- psycare (akut krízisintervenció)
- esettanulmányok, tudományos publikációk, ismeretterjesztés stb.

Etikai alapelvek

- ...mint a pszichológus/pszichoterapeuta munkájában általában
- + a kliens módosult tudatállapota miatti speciális helyzet
- érzékeny, 'átprogramozható' állapot, (neuro)plaszticitás
- hipnózisnál: szuggesztibilitás, szuszceptibilitás, fogékonyság
- traumatikus emlék hozzáférése/átélése újratraumatizálhat
- visszaélések lehetősége (mindkét irányban!)
- protokoll: több / különböző nemű / alannyal megegyező nemű
- hangfelvétel (anonimitás / adatvédelem!)
- kliensmunka: protokoll-alapú, reflexió, fejlesztés, szupervízió

Pszichedelikus és pszicholitikus terápiák

- pszichedelikus: nagyobb dózis - pl. alkoholizmus (USA)
- pszicholitikus: kis/közepes dózis - pszichoterápia (Európa)
- optimális intenzitás, időtartam, hozzáférhetőség
- Svájc: pszicholitikus egyesület elnöke - különengedély bármit-bármivel
- (Dr Peter Gasser)

Laikus és underground terápiák

- nem-medikalizált modellek mint alternatívák
- pl. ceremóniák, elvonulások (ayahuasca, ibogain)
- laikus terapeuta: klienssel együtt szerbevétel (a főterapeuta 'józan')
- fekete- vagy szürkezóna, szabályozhatatlanság
- kontinuum:
  - pszichedelikus pszichoterápia (helyszínen adott szerrel)
  - a kliens MTÁ-ban érkezik a terápiás ülésre
  - a kliens felkeresése hívásra (már elfogyasztotta)
  - a kliens szittelése otthonában/elvonulásban (bevétel előttől kezdve)
- a kliens alacsonyabb védettsége - nincs felettes szakmai kontroll
- engedély nélkül végzett tevékenység -> kuruzslás (+ adócsalás)
- tájékozottság növelése szükséges és hasznos!

A terapeuta sajátélménye...?

- **Empátia-növelés, tudatállapot-ismeret**
- **A szerhatás dinamikája**
- **Az 'aranykorban' kvázi kötelező, szakmai követelmény volt!**
- **Mások élményének megfigyelése ('contact high' / viszonttáttétel)**
- **Növeli a kliens bizalmát - pl. drog-naív alanyoknál(?)**
- **MAPS-terapeutaképzés része (lesz)!**

Indikációk

- **Klinikai (egyéb kezelésmódok után):**
  - **depresszió: ketamin, pszilocibin**
  - **PTSD: MDMA**
  - **addikciók: ibogain, pszilocibin**
  - **...**
- **Pszichoterápia:**
  - **életvég-szorongás: pszilocibin, LSD**
  - **traumák: MDMA, LSD**
  - **pár- és családterápia: MDMA**
  - **...**
- **...**
  - **...**

A terápiás folyamat

- meglévő terápiás kapcsolat/szerződés (nexus, bizalom, papírmunka)
- előszűrés, orvosi vizsgálat, kizáró okok, kontraindikációk
- tájékoztatás, edukáció, beleegyező nyilatkozat
- probléma -> szer (és nem fordítva!); szermentes alternatívák
- szetting biztosítása (pl. terápiás klinika) - biztonsági protokoll
- szet biztosítása: 'optimális'/'ideális' időzítés, motiváltság, állapot
- szer biztosítása: legális forrás, tisztaság, adagolás (ttkg, metabolizmus)
- 'allergiateszt' / 'adaptációs adag' ?
- vészhelyzetek: nyugtatás, visszatartás, helyszíni kezelés, külső segítség
- (terápiás módszerek - "best practice")

A pszichés folyamat

- felfutás (orális: kb. 15-45 perc) - változás, bizonytalanság, testérzések
- biztonságos közeg és személyek elfogadása
- a MTÁ tudatosítása, elfogadása
- terápiás téma megközelítése
- önreflexió, kívülről szemlélés, mások másképp értelmezése
- dekondicionálás, szokásos ismétlődések leállítása
- asszociációk másfelé terelése, új alternatívák
- önértékelés növelése, elfogadás, megbocsátás
- misztikus/egységélmény megélése
- visszatérés, levezetés, 'földelés'
- reflexió, átbeszélés, integráció, hozzáállás- és viselkedés-módosítás

Terapeutaképzés

- Jelenleg pl.: CIIS, MAPS, MIND/OVID, IPI, Alef Trust
  - CIIS (USA): 150 óra / tavasztől őszig, live/online/hibrid kohorsz, $9300
  - MAPS (USA): néhány hónap, $5000
  - MIND (DE): 2 év (integráció, 'augmentáció'), €15000
  - IPI - Integrative Psychiatry Institute (USA): 150 óra / 10 hónap, $7000
  - Alef Trust (UK): 12 hónap, £3000
- 100-150 óra, ~ <1 - 2 év
- (akkreditált) certifikátum, CE/CME kreditek
- Mo.: tervben!

A terapeutaképzésbe bejutás követelményei

- pszichoterapeuta (Mo.: magasabb képzettség!)
- orvos, klinikai szakpszichológus (pszichoterápiás képzés nélkül)
- család-/párterapeuta, tanácsadó/coach, alternatív terapeuta (min. BA/BSc)
- lelkész, (szak)ápoló, szocmunkás, addiktológiai konzultáns, PhD, PsyD

- külföldön: kiemeltek (etnikum, LGBTQIA+, testi fogyatékkal élők stb.)
- kedvezmény, kvóta stb.

A terapeutaképzés folyamata

- főleg online ("live")
- pl. klinikai kutatók, terapeuták, pszichedelikus hírességek
- "előregyártott" tananyag
- előadások, kerekasztal-beszélgetések
- nagycsoportos szemináriumok
- kiscsoportos ülések
- közösségi fórumok
- tanársegédek
- opcionális ketaminozás! :D
- szupervízió
- + recertifikáció

Magyarországi terapeutaképzés

- **Pszichedelikus pszichoterapeuta**
  - **Akkreditált pszichoterapeuta-képzés módszerspecifikus fázisa**
- **Pszichedelikus terapeuta**
  - **MA+ szakember (klinikai szakpszichológus stb.)**
- **Pszichedelikus ko-terapeuta**
  - **A csapat tagja - eltérő háttér lehetséges, de legyen releváns és/vagy BA/BSc**
- **Pszichedelikus élményintegrátor**
  - **tanácsadó, coach is**
  - **személyes + "integrációs körök"**

Magyarországi pszichedelikus terápiák

- egészségügyi tevékenységi kör
- "EüM"-megállapodás a követelményekről (személyzet, helyszín)
- receptfelírási engedéllyel rendelkező orvos
- gyógyszerimport-engedély
- kábítószer-rendészeti jogszabályok! (bírságolható)
- szállítás, tárolás, hozzáférés, naplózás stb.
- pszichedelikus klinikai modell: engedélyes + munkatársak/asszisztensek
- ketamin -> MDMA -> pszilocibin -> ...

terápiás egyesület és cég (klinika) létrehozása szükséges!

Terápiás protokollok: MAPS

MDMA

- placebo-kontrollált, kettős-vak, randomizált, 'cross-over' kísérlet
- klinikai szakasz, lehetséges önkénteskénti részt venni
- 'Orphan Drug', 'Breakthrough Therapy', 'Special Protocol Assessment'
- Phase 3,MAPP1&MAPP2, 15 hely: USA, Kanada, Izrael
- 2023. december: gyógyszerré minősítési kérvény beadva az FDA-nak!
- Sessions: Preparatory, Experimental , Integrative
- indikáció: súlyos PTSD (veteránok, szexuális erőszak áldozatai)
- PTSD megszűnt: placebo 32%, MDMA: 67%
- (+ autizmus, életvég-szorongás, evészavarok)

Terápiás protokollok: Johns Hopkins

PSZILOCIBIN

- Johns Hopkins University, School of Medicine, Baltimore, MD, USA
- indikáció: dohányzás-leszoktatás
- heti szessziók 3 hónapig
- kognitív-viselkedéses terápia (CBT)
- kérdőívek, interjúk, MRI
- RCT: pszilocibin vagy nikotin
- 2 alkalommal pszilocibin-asszisztált
- (placebo-kontrolláltaknak lehetőség áttérni pszilocibinre 3 hónap után!)
- utánkövetés: 3, 6, 12 hónap

Terápiás protokollok: Kenézy kórház

KETAMIN

- Debrecen, innovációs pszichiátriai rehabilitációs részleg
- 2015 óta
- infúzió után 4 órával már csökkent depressziós tünetek
- de a tünetek 7−10 nap után visszatérnek
- -> infúziós kezelés, "lökésterápia" (4-6 infúzió / 2-3 hét)
- csökkent öngyilkossági késztetés
- 8 páciensből 7-nél teljes gyógyulás! (*2017-ig)
- TB-finanszírozott

[03.2] Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: gyakorlat I

MDMA

MDMA idővonal

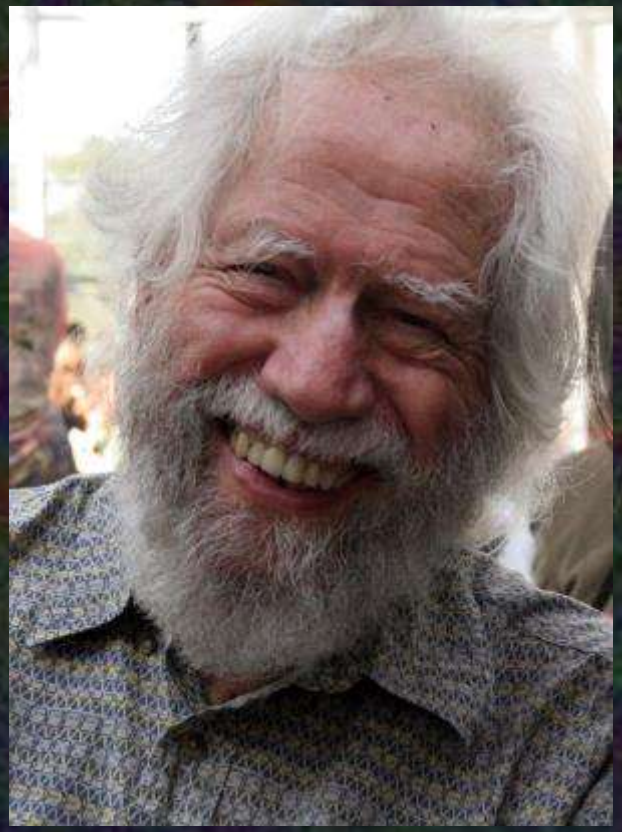
- 1912: szintézis és szabadalom (Merck) @ DE
- 1965: újraszintézis (Alexander 'Sasha' Shulgin) @ USA
- 1976: Leo Zeff pszichoterápiás használat (pszichológus, laikus)
- 1978: első publikáció a szubjektív hatásokról (Shulgin & Nichols)
- 1980- pszichedelikus terápiák (20 kg MDMA!)
- 1985: az MDMA betiltása (USA: Schedule I)
- 1986: MAPS megalakulása
- 2011: publikáció: PTSD kísérleti eredmények
- 2017: FDA jóváhagyás ('Breakthrough Therapy' + Phase 3)
- 2018: publikáció: szociális szorongás felnőtt autistákban

"I feel absolutely clean inside, and there is nothing but pure euphoria. I have never felt so great or believed this to be possible. The cleanliness, clarity, and marvelous feeling of solid inner strength continued throughout the rest of the day and evening. I am overcome by the profundity of the experience..."

MDMA

Alexander Shulgin laborjegyzetei, 1976. szeptember

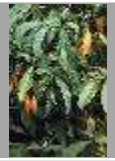
"Abszolút tisztának érzem magam belül, és nincs más, mint tiszta eufória. Soha nem éreztem magamat ilyen jól vagy hittem volna, hogy ez lehetséges. A tisztaság, világosság és a szilárd belső erő érzése folytatódott a nap és este végéig. Az élmény mélysége lenyűgöz."



[!] Anyagok x tulajdonságok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Időtartam	4-6 h	4-6 h	pár óra	8-12 h	napok!	4-6 h
Testi diszkomfort	éppen ellenkezőleg ☺	-	(nincs test...)	-	van	van
Addikciós potenciál	igen (eufória)	-	lehet	-	nem akarja ismételni...	-
Gyenge állapotúak, kockázat	lehetséges (szív-/ér-)	-	-	-	lehetséges (hányás)	lehetséges (hányás)
Hatás alatti beszélgetés-terápia	+	-	...	-	...	-

[!] Anyagok x javallatok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Posztraumatikus stressz zavar						
Major (súlyos) depresszió						
Alkoholfüggőség						
Dohányfüggőség						
Szerhasználati zavarok						
Életvég-szorongás						

[03.2] Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: gyakorlat II

pszilocibin
ketamin

[!] Anyagok x tulajdonságok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Időtartam	4-6 h	4-6 h	pár óra	8-12 h	napok!	4-6 h
Testi diszkomfort	éppen ellenkezőleg ☺	-	(nincs test...)	-	van	van
Addikciós potenciál	igen (eufória)	-	lehet	-	nem akarja ismételni...	-
Gyenge állapotúak, kockázat	lehetséges (szív-/ér-)	-	-	-	lehetséges (hányás)	lehetséges (hányás)
Hatás alatti beszélgetés-terápia	+	-	...	-	...	-

[!] Anyagok x javallatok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Posztttraumatikus stressz zavar						
Major (súlyos) depresszió						
Alkoholfüggőség						
Dohányfüggőség						
Szerhasználati zavarok						
Életvég-szorongás						

[!] Anyagok x tulajdonságok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Időtartam	4-6 h	4-6 h	pár óra	8-12 h	napok!	4-6 h
Testi diszkomfort	éppen ellenkezőleg ☺	-	(nincs test...)	-	van	van
Addikciós potenciál	igen (eufória)	-	lehet	-	nem akarja ismételni...	-
Gyenge állapotúak, kockázat	lehetséges (szív-/ér-)	-	-	-	lehetséges (hányás)	lehetséges (hányás)
Hatás alatti beszélgetés-terápia	+	-	...	-	...	-

[!] Anyagok x javallatok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Posztttraumatikus stressz zavar						
Major (súlyos) depresszió						
Alkoholfüggőség						
Dohányfüggőség						
Szerhasználati zavarok						
Életvég-szorongás						

[03.2] Pszichedelikum-asszisztált pszichoterápiák: gyakorlat III

LSD
ibogain
ayahuasca

[!] Anyagok x tulajdonságok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Időtartam	4-6 h	4-6 h	pár óra	8-12 h	napok!	4-6 h
Testi diszkomfort	éppen ellenkezőleg ☺	-	(nincs test...)	-	van	van
Addikciós potenciál	igen (eufória)	-	lehet	-	nem akarja ismételni...	-
Gyenge állapotúak, kockázat	lehetséges (szív-/ér-)	-	-	-	lehetséges (hányás)	lehetséges (hányás)
Hatás alatti beszélgetés-terápia	+	-	...	-	...	-

[!] Anyagok x javallatok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Posztttraumatikus stressz zavar						
Major (súlyos) depresszió						
Alkoholfüggőség						
Dohányfüggőség						
Szerhasználati zavarok						
Életvég-szorongás						

[!] Anyagok x tulajdonságok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Időtartam	4-6 h	4-6 h	pár óra	8-12 h	napok!	4-6 h
Testi diszkomfort	éppen ellenkezőleg ☺	-	(nincs test...)	-	van	van
Addikciós potenciál	igen (eufória)	-	lehet	-	nem akarja ismételni...	-
Gyenge állapotúak, kockázat	lehetséges (szív-/ér-)	-	-	-	lehetséges (hányás)	lehetséges (hányás)
Hatás alatti beszélgetés-terápia	+	-	...	-	...	-

[!] Anyagok x javallatok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Posztttraumatikus stressz zavar						
Major (súlyos) depresszió						
Alkoholfüggőség						
Dohányfüggőség						
Szerhasználati zavarok						
Életvég-szorongás						

[!] Anyagok x tulajdonságok

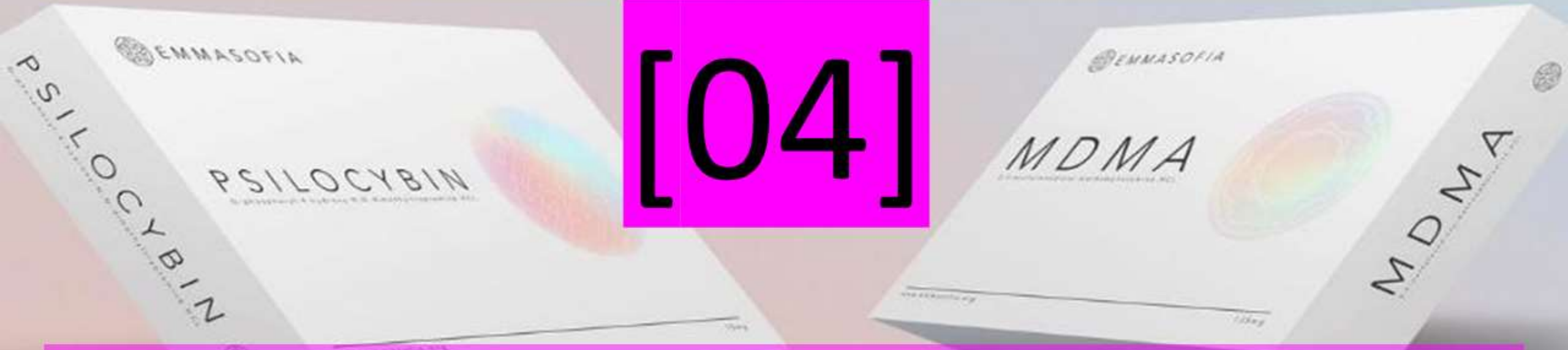
	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Időtartam	4-6 h	4-6 h	pár óra	8-12 h	napok!	4-6 h
Testi diszkomfort	éppen ellenkezőleg ☺	-	(nincs test...)	-	van	van
Addikciós potenciál	igen (eufória)	-	lehet	-	nem akarja ismételni...	-
Gyenge állapotúak, kockázat	lehetséges (szív-/ér-)	-	-	-	lehetséges (hányás)	lehetséges (hányás)
Hatás alatti beszélgetés-terápia	+	-	...	-	...	-

[!] Anyagok x javallatok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Posztttraumatikus stressz zavar						
Major (súlyos) depresszió						
Alkoholfüggőség						
Dohányfüggőség						
Szerhasználati zavarok						
Életvég-szorongás						

Napjaink pszichedelikus kutatásai és terápiái

[04]



A pszichedelikus élmények integrációja

Dr. Móró Levente

[04] A pszichedelikus élmények integrációja

Tartalom

Klienscsoportok.
A kliensmunka feltételei és közege.
Jelentés keresése és megértés.
A megélt test élménye.
Pszichedelikus 'bypass' és egó-infláció.
Nem-patologizáló nyelvhasználat.
Áttétel és viszontáttétel.
Adatvédelem.

Pszichedelikus élményintegráció

- nem pszichedelikum-asszisztált terápiás szesszió, hanem "utómunka"
- ideális esetben az "előmunka" (felkészítés) párjaként
- ideális esetben hosszabb klienskapcsolat részeként
- ideális esetben az élmény után rövid időn belül

Klienscsoportok

pl.: ayahuasca-ceremónia élményfeldolgozása
pl.: önismereti célzatú pszichedelikum-használat átbeszélése
pl.: véletlen/váratlan/nehéz élmény értelmezése
pl.: tájékozott felkészítés utazásra + utómunka

A kliensmunka feltételei és közege

- biztos szetting! ("hold the space")
- bizalom (előzetes hírnév/meritek alapján)
- biztonsági intézkedések, mindkét irányban
- adatrögzítés, adatvédelem, diszkréció
- kompetenciahatárok meghatározása

Jelentés keresése és megértés

- élethelyzet, életproblémák ismerete
- kliens-oldali ideológia/világnézet/világkép/emberkép/metafizika
- víziók, szimbólumok, archetípusok
- feltett kérdések és kapott válaszok
- intuitív folyamatokra fókuszálás
- dekondicionálás, hozzáállás/viselkedés megváltoztatása
- + hétköznapokba átültetés: önmonitorozás, régi és új rutinok

A megélt test élménye

- a test mint memória
- preverbális (perinatális, csecsemőkori) élmények
- egyszeri, nem-értelmezett, nem-reflektált gyermekkori élmények
- testhő, bőrkontaktus, szagélmények, orális élmények, táplálkozás
- ("zsigeri") érzések, preferenciák, undorok, félelmek stb.
- blokkok, gátlások, automatizmusok stb.
- passzívan/tudatalatt fenntartott önvédelmi mechanizmusok
- traumák, disszociáció, deperszonalizáció-derealizáció
- öröm, jóérzés, nyitottság, közeledés, bizalom forrása

Pszichedelikus 'bypass' és egó-infláció

- tk. "spirituális bypass": a fontosság túlhangsúlyozása
- más, fontosabb (munkaigényesebb) területek negligálása
- élménycentrizmus, élményhalmozás, élményismételgetés
- mennyiségben (ön)mérés, hierarchiák, "szintek"
- egó-disszolúciós irány helyett egó-infláció
- identitás-építés - főleg szociális "megélhetési" közegben
- megalománia, fokozódó gnózis-érzet, "tudás"átadási kényszer

Nem-patologizáló nyelvhasználat

- "kábítószer", "abúzus", "deviancia", "valótlanság" stb.
- drog-démonizálás, rosszindulatú ágenciával felruházás
- hagyományos gyógyítási keretrendszerek ismerete
- pl. gyógyító-/erőnövények tudásának átvétele
- pl. pszichointegrációs ágensek használata
- pl. önismereti célzatú tudatmódosulási élmény megélése
- szubjektív valóság elfogadása

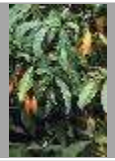
Áttétel és viszontáttétel

- *transference / counter-transference*
- áttétel: páciens érzései (mások iránt) a terapeutára vetítve
- viszontáttétel: terapeuta érzései (mások iránt v. reakcióként) a páciens felé
- harag, bizalmatlanság, "szülősítés", "gurusítás", erotika, paranoia stb.
- delúziók, túlzások, alul-/felülbecsülés hibalehetőségei

Adatvédelem

- mindkét irányú!
- a kliensre nézve potenciális drog-büntetőjogi következmények!
- adatrögzítés: jegyzetek, hangfelvétel (szimmetria ajánlott)
- adatjelölés: beazonosíthatóság (hang/infó), kód/jel
- adattárolás: jelszóval védett lemez/partíció/fájlkonténer/tömörítés
- felhőben tárolás kódolatlanul = nem adatvédelem!
- semmi "homályos" (tanúk jelenlétében / rögzítve!)
- személyes szerep infóinak önvédelme
- szakmai diszkréció: kollegiális esetmegosztás pl. pszeudonim
- jogszabályban előírt bejelentési (nem feljelentési!) kötelezettségek

[!] Anyagok x javallatok

	MDMA	pszilocibin	ketamin	LSD	ibogain	ayahuasca
Posztttraumatikus stressz zavar						
Major (súlyos) depresszió						
Alkoholfüggőség						
Dohányfüggőség						
Szerhasználati zavarok						
Életvég-szorongás						

Köszönöm a figyelmet!

*"The future may teach us to exercise a direct influence on the mind by use of particular chemical substances... and there may be **undreamed of possibilities for therapy** as a result."*

// Sigmund Freud

Dr. Móró Levente
Email: drleve@iki.fi
WWW: pszichedelikus.hu
Facebook: Daath.hu (zárt csoport)
YouTube: @DrLeve