

SZIMON PETRA

Beszámoló az I. Országos Szakmaközi Gyászkonferenciáról

Összefoglalás ♦ 2025. október 16-án Budapesten, az Országos Szakmaközi Gyászkonferencián találkozott 11 különböző szakmai terület neves képviselője. A több mint 350 résztvevővel megvalósult esemény interdiszciplináris perspektívából vizsgálta a veszteség, a kísérés és a megküzdés pszichológiai, egészségügyi, szervezeti, kulturális és spirituális dimenzióit. A konferencia magyarországi Death Positive Movement keretein belüli elhelyezése, a halál aktuális társadalmi kontextusba helyezése után a beszámoló áttekinti a konferencia fő tematikus irányait – a trauma és gyász összefüggéseitől a perinatális veszteségek rendszerszintű hatásain, a szervezeti gyászon és az onkopszichológiai szempontokon át a narratív és spirituális megközelítésekig. Az összefoglaló kiemeli a szakmaközi együttműködés lehetőségeit és szükségességét, valamint azt a megtartó, bizalmi légkört, amely a szakmai tapasztalatok és személyes reflexiók gazdag találkozásának terepévé tette a konferenciát.

Kulcsszavak: gyász, veszteségkísérés, konferencia, interdiszciplináris, szakmaközi

Report on the I. National Interdisciplinary Grief Conference

Summary ♦ On 16 October 2025, distinguished representatives of eleven professional fields gathered in Budapest for the National Interdisciplinary Grief Conference. With more than 350 participants, the event examined the psychological, health-related, organisational, cultural and spiritual dimensions of loss, accompaniment and coping from an interdisciplinary perspective. Following a reflection on the conference's position within the Hungarian Death Positive Movement and its relevance to contemporary societal attitudes toward death, the report reviews the main thematic directions of the programme—from the relationship between trauma and grief, through the systemic impact of perinatal loss and the dynamics of organisational grief, to oncopsychological considerations and narrative–spiritual approaches. The report highlights both the possibilities and the necessity of interdisciplinary cooperation, as well as the supportive,

trusting atmosphere that made the conference a space for meaningful encounters between professional knowledge and personal reflection.

Keywords: grief, bereavement support, conference, interdisciplinary, cross-professional

Bevezetés

Miként arról már írtunk a Halál Kávéház Budapest tanulmányunkban (Geiszbühl-Szimon & Nemes, 2017), a halál témájára megfigyelhető egyfajta nyitás az utóbbi évtizedekben az attól a 20. század végére fokozatosan elidegenedett társadalmakban is. A 21. században kibontakozó Death Positive Movement a halál és végesség témáját igyekszik normalizálni, **célja a halálról való tabumentes párbeszéd erősítése, a méltóságteljes életvégi döntések támogatása és a közösségi gyász szerepének tudatosítása.** A nemzetközi mozgalom gyökerei visszanyúlnak az 1960-70-es évekig Elizabeth Kübler-Rosshoz, és a hospice megalakulásához az USA-ban és Európában, magyar viszonylatban pedig Polcz Elaine munkásságáig, akinek neve az első intézményesített, keretezett kezdeményezésekhez is fűződik: a Magyar Hospice-és Palliatív Egyesület, a Napfogyatkozás Egyesület és a Kharón Thanatológia Szemle elindulásához.

Követve a nemzetközi gyakorlatot, Magyarországon fokozatosan kirajzolódott egy olyan szakmai tér, amelyben a gyász és veszteség, valamint a hospice- és palliatív ellátás témái mind nagyobb hangsúlyt kapnak. Az említett, már évtizedek óta létező, hagyománnyal rendelkező, az életvégi ellátáshoz, méltó befejezéshez, és a gyászhoz kapcsolódó támogató szervezetek mellett egyre többen, más-más eszköztárral megközelítve kezdtek szervezett formában foglalkozni a halál aspektusaival (pl. meséken, művészi alkotóműhelyeken keresztül vagy közösségi hálón található csoportok formájában). Színházi darabok (pl. Schirach: Isten), közösségi rendezvények (pl. Halál Kávéház, Méltóság Napjai Programsorozat), konferenciák központi témájaként van jelen, arra hívva fel a figyelmet, a halál „árnyékában” miként érdemes élni az életet – haláltudatosságot, ezen keresztül az értelemteli élet megélésének lehetőségét hirdetve. Elmondható, hogy napjainkban nem feltétlenül a halálról mint taburól célszerű beszélgetni, hanem arról, mit jelent ma a halál, és ahhoz mérten új megközelítést, megoldásokat találni a haldoklás és gyász folyamatához (Geiszbühl-Szimon & Nemes, 2017).

A hazai konferenciák fejlődési íve jól tükrözi a társadalmi attitűdök változását, a szakmaközi együttműködések erősödését és a professzionális segítői jelenlét szakmai mélyülését.

A 2000-es évektől kezdődően a Magyar Hospice Alapítvány, melyet Polcz Alaine kezdeményezésére alapítottak és melynek 1991-es alakulására datálódik a magyarországi hospice mozgalom kezdete, a Magyar Hospice-Palliatív Egyesület, valamint számos egyetemi és egészségügyi intézmény szervezett rendszeresen olyan rendezvényeket, amelyek az életvégi ellátás, a halálhoz való viszony, a beteg és család támogatása, illetve a veszteségfeldolgozás klinikai- és pszichoszociális kérdéseit helyezték a középpontba. Ezek közül kiemelkednek az október 10-i Palliatív Napok, a hospice-ellátás 30 éves jubileumához kapcsolódó országos programok, és legfrissebb kezdeményezésként a Méltóságért Alapítvány rendezvényei, amelyek jelentős mérföldkövekké váltak a hazai palliatív kultúra fejlesztésében.

A kifejezetten a gyásszal foglalkozó szakmai konferenciák közül meghatározó szerepet töltek be a szintén Polcz Alaine 1996-os munkacsoport kezdeményezéséig visszanyúló Napfogyatkozás Egyesület 2010-es évektől rendszeresen szervezett rendezvényei (pl. Kísérés a gyász útján – mérföldkövek, A gyász: tabu vagy trend? Gyermekek gyásza a közösségekben), amelyek a gyászlélektan és a veszteségfeldolgozás modern, nemzetközi irányzatait hozták be a hazai szakmai diskurzusba. Ezen konferenciák külön érdeme, hogy teret nyitottak a gyermek- és családközpontú megközelítésnek, a közösségi gyász szerepének, és a gyászolók támogatásának sokszínű, multidiszciplináris gyakorlatainak.

A halál és végesség társadalmi tabumentesítésének egyik fontos hazai eszköze a nemzetközi Halál Kávéház mozgalom, amelynek keretében 2015 óta rendszeres nyilvános beszélgetések zajlanak életvégi, haldoklással és veszteséggel kapcsolatos témákról. A Halál Kávéház Budapest összejövetelei kávézókbán, online térben, valamint egyetemi órákon, szakmai konferenciákon és fesztiválokon is megjelennek.

A közelmúltban egyre erősebbé vált az a törekvés, hogy a gyász, veszteség, mentális egészség és életvégi ellátás témái szakmaközi párbeszéd keretében jelenjenek meg. Ennek egyik példája a 2025-ben életre hívott Országos Szakmaközi Gyászkonferencia, amely az egészségügyi, pszichológiai, oktatási, szociális és HR-szféra szereplőit egyaránt megszólítja.

Beszámoló

Az Országos Szakmaközi Gyászkonferencia 2025 októberében interdiszciplináris párbeszédet létrehozó szakmai és közösségi eseményként valósult meg, amelyen előadóként vettem részt. Az eseményt életre hívó Nagy Zsolt viselkedéselemző, mentálhigiénés szakember és gyásmódszer feldolgozó specialista célja volt a gyász- és veszteség egyéni-és közösségi szinten megjelenő sokszínűségnek bemutatása a szakma segítői tolmácsolásában. A rendezvény több mint 350 résztvevőt vonzott, akik az egészségügy, mentálhigiéné, pszichológia, szociális munka, pedagógia, lelkipozítás, szervezetfejlesztés és a civil szféra különböző területeiről érkeztek. Emellett sokan érintettként jöttek el az eseményre. Az előadók és a jelenlévők heterogenitása olyan szakmai teret hozott létre, amelyben a gyász kérdései több nézőpontból kerülhettek megvilágításra. A konferencia hasonló méretű szakmai rendezvényeken ritkán tapasztalható meghitt, biztonságos és barátságos atmoszférában zajlott.

Ezt a bensőséges, sokszor személyes megosztásokon is nyugvó hangulatot, szakmai ívet Nagy Zsolt szervező szakember felvezetője után Dr. Moretti Magdolna pszichiáter főorvos, pszichoterapeuta előadása alapozta meg, aki a gyász és trauma kapcsolatát helyezte fókuszba. Rávilágított arra, hogy a veszteségélmények gyakran aktiválnak korábban eltemetett traumatikus élményeket, és ezek határozzák meg a gyászfolyamat belső szerkezetét. Az EMDR-terápiás megközelítés bemutatásán keresztül hangsúlyozta, hogy a gyászfeldolgozás nem csupán érzelmi, hanem jelentésalkotási folyamat is, amely a belső képek és narratívák újrarendeződésével jár. A közösség, emberi kapcsolataink megtartó hálójának – szeretetkapcsolataink fontosságára hívta fel a figyelmet.

Ezt követően Dr. Sarungi Emőke felnőtt-és gyermekpszichiáter, kiképző pszichoterapeuta, a Gyászfeldolgozás Módszer Magyarország vezetője a gyász kapcsolati dimenzióiról beszélt. Előadásában arra mutatott rá, hogy a feldolgozatlan veszteségek gyakran beleszövődnek a családi és szakmai kapcsolatokba, és olyan láthatatlan elakadásokhoz vezethetnek, amelyek a kommunikációt, a bizalmat és a közös cselekvést is befolyásolják. Hangsúlyozta, hogy a segítő szakemberek saját veszteségtörténete is aktívan jelen vannak munkájukban, ezért a reflektivitás és a folyamatos önismereti munka alapvető része a gyással való foglalkozásnak.

Szimon Petra pszichológus, tanatólógus, perinatális gyász szakértő és egyetemi oktató a magzati és gyermeki veszteségek érzelmi, kapcsolati- és rendszerszintű sajátosságait mutatta be. Az előadás egy érzékenyítő, interaktív blokk után bontotta ki a perinatális gyász

pszichodinamikáját, kitérve a komplikált gyász és a pszichés zavarok kiemelt kockázataira is. Hangsúlyos elem volt, hogy a perinatális veszteség nemcsak a szülőket, hanem a teljes családi rendszert és a segítő hálózatot is érinti: beépül a kommunikációs mintákba, a párkapcsolati működésbe, valamint a transzgenerációs folyamatokba, és olyan identitásváltozásokat indít el, amelyek hosszú távon formálják az érintettek életét.

Sevcsik M. Anna kommunikációs szakember, az Élet.Érzés Egyesület megalapítója érintettként csatlakozott a perinatális veszteséget szakmai oldalról bemutató előadáshoz, érzékenyen tárta fel a perinatális gyász kommunikációs aspektusait, rámutatva, hogy a közösségi párbeszéd hiánya gyakran járul hozzá az elakadáshoz. Az edukáció, a társadalmi érzékenyítés és az empátikus jelenlét olyan tényezők, amelyek alapvetően segíthetik az érintettek feldolgozási folyamatait.

Különleges színfoltja volt a szakmai napnak Hajdu–Kis Diána coach, HR szakember és veszteségszakértő előadása, melyben szakemberként a szervezeti veszteségeket mutatta be komplex rendszerben. Gyakorlatias megközelítéssel hívta fel a figyelmet arra, hogy a munkahelyi változások – elbocsátások, szerepvesztések, identitásvesztéssel járó átalakulások – mélyebb lelki folyamatokat indítanak el az emberben. A szervezeti gyász feldolgozása éppolyan tudatos kísérést igényel, mint a magánéleti veszteségek kezelése.

A délutáni blokkot Dr. Balogh Klára gyermekgyógyász, kiképző gyermekpszichoterapeuta előadása nyitotta, amely a gyász családon belüli kölcsönhatásait és azok rendszerszintű következményeit vizsgálta. A gyász alakulását befolyásolja az elhunyt családban betöltött szerepe, életkora, a halál körülményei, valamint a családtagok korábbi veszteségtapasztalatai, mentális és fizikai állapota. Kiemelte, hogy a családi rendszerben átélt gyász sokszínű, gyakran eltérő szükségletekkel és tempókkal jár, melyet a segítő folyamatban figyelembe kell venni a harmonizáló, támogató családi működés visszaállításához.

Ezt követően Rakonczay Gábor többszörös világrekorder extrém sportolótörténeteit hallgatva nagyon jó humorral oldotta a végességünk felett érzett felsejlő szorongást. Hitelesen világította meg, mint jelenthet az emberi lét törekénységének meg tapasztalása. Az élet értékességének és végességének felismerésére irányította a figyelmet, extrém sportolói tapasztalatain keresztül mutatva be, hogy a határhelyzetek hogyan alakítják át az élethez való viszonyt. Előadása inspiratív ellenpontot képezett, amely új megvilágításba helyezte a veszteség és jelentésadás kapcsolatát.

A formális előadói műfajt elhagyva, a már személyes és bensőséges hangulatot emelve Singer Magdolnával Nagy Zsolt beszélgetett a haldoklás és kísérés mélyen emberi és spirituális tapasztalatairól. Singer Magdolna író, mentálhigiénés szakember, gyásztanácsadó többek között Polcz Alaine-hez fűződő személyes kapcsolatáról, a tanatológia meghatározó alakjának utolsó napjait is felidéző mélyen emberi élményéről is mesélt, ezzel hozva emberi közelségbe, hogyan válhat az utolsó életszakasz lehetőséggé a lezárásra, fejlődésre és a kapcsolat újraértelmezésére. A halál közelsége – ahogy fogalmazott – nem csupán veszteséget, hanem belső megerősödést és jelentésteli átalakulást is hozhat.

Pál Ferenc római katolikus pap, mentálhigiénés szakember előadásában a pszichológiai és spirituális megküzdés összefonódását vizsgálta. Saját szakmai oldaláról megközelítve újfent kiemelte, keretezte a délelőtti előadások alatt is többször hangsúlyozott kapcsolati háló és önreflektív jelenlét fontosságát. A megküzdés mint folyamat egyszerre belső és kapcsolati természetű.

Dr. Dészfalvi Judit klinikai szakpszichológus az onkopszichológia területéről hozott elméleti és gyakorlati szempontokat, bemutatva, hogyan lehet kíséni a daganatos betegeket és családtagjaikat a betegség és az anticipációs gyász sajátosságaiban.

A konferencia zárásaként Révész Renáta Liliána pszichológus, gyásztanácsadó a hallgatóságot a mesék szimbolikus és érzelmi nyelvén keresztül szólította meg: hogyan segíthetik a történetek a gyász egyéni élettörténetbe való beépülését. A mesék képi világa olyan érzelmi-minőségi tereket nyit, amelyekben a veszteség átélhetővé és átformálhatóvá válik.

Összegzés

A konferencia valóra váltotta a célt, hogy a multidiszciplinaritás jegyében, a veszteségekkel foglalkozó segítő szakma képviselői nézőpontjaik, megközelítéseik szemüvegén keresztül hozzák közelebb a végesség és egy-egy veszteségterület sajátosságait a szakmai- és a laikus érdeklődők számára. A gyász alapvetően kapcsolati és rendszerszintű jelenséggé jelent meg, amelyben az egyéni élmények a tágabb családi, közösségi és intézményi kontextusokba ágyazódnak. A különböző szakmai perspektívák találkozása – pszichológiai, egészségügyi, szervezeti, kulturális és spirituális keretekben – lehetővé tette, hogy a gyász komplexitása teljesebb fényben mutakozzon meg. A megfelelő támogatás biztosításához, mely magában foglalja a preventív-resztoratív intervenciókat- segítői folyamatokat, a társadalom érzékenyítéséhez- és

pszichoedukációhoz a szakmaközi együttműködés nemcsak szükségszerű, hanem az egyik legfontosabb alapfeltétel. A konferencia olyan megtartó szakmai közösséget teremtett, amelyben a gyász nem elszigetelt, hanem megosztható, kísérhető és érthető emberi tapasztalatként jelent meg. A rendezvény jó példája volt annak, miként közelíthető meg a gyász, mint komplex, kapcsolati és kulturálisan beágyazott jelenség szakmaközi együttműködésben olyan módon, hogy az laikus érdeklődők számára is kézzelfoghatóbb legyen.

Összességében elmondható, hogy a magyarországi – az életvéggel és gyásszal foglalkozó – konferenciák története, így a beszámolóban bemutatott legutóbbi rendezvény is – a gyász és veszteség témáinak folyamatos professzionalizálódását, a hospice- és palliatív ellátás minőségi fejlődését, valamint a szakmaközi integráció erősödését tükrözi. Ez a fejlődési ív olyan szakmai alapot teremtett, amelyre a jövő hazai rendezvényei – így a már 2026 október 16-ra meghirdetett II. Országos Szakmaközi Konferencia is stabilan építhetnek.



https://www.lelkiegeszseg.zsoltnagy.net/wp-content/uploads/2025/11/1215_DSC_6629-scaled.jpg.webp

IRODALOM

GEISZBÜHL-SZIMON P., & NEMES L. (2017): Halál Kávéház Budapest. *Kharón, Thanatológiai Szemle*, XX. évfolyam, 2017/4

Szimon Petra MSc

pszichológus, közgazdász, mentálhigiénés szakember, egyetemi tanársegéd,
tanatológus kutató, PhD doktorandusz
Semmelweis Egyetem, Magatartástudományi Intézet
pszimon@gmail.com