



SUHAI GÁBOR TAMÁS

MUNKAHELY: EQ-SKILL HUMÁN TANÁCSADÓ ÉS VEZETŐFEJLESZTŐ KFT.

vezető tréner és tanácsadó

Cím: 1125 Budapest, Kútvölgyi út 52/b.

Email: shgabor@gmail.com, suhai.gabor@eqskill.hu

Mobil: +36 302 117 688



SZAKMAI TAPASZTALAT

Magánpraxis

2001-jelen

- Egyéni életvezetési tanácsadás, autogén tréning, monodráma, hipnoterápia és ló mediálta pszichoterápia

Tréner

1997-jelen

- Pszichodramatikus kortárs segítő tréningek vezetése középiskolásoknak (Kék Pont Alapítvány, Budapest; Fráter György Gimnázium, Miskolc)
- Szülésfelkészítő pszichodramatikus és autogén tréning csoportok vezetése, egyéni konzultációk (Alternatal Alapítvány és Aktív Szülés Program, Budapest)
- Kommunikációs és önismereti tréningek (Grafológiai Intézet és Grafológiai Központ; Pre- és Perinatális Szaktanácsadó képzés (ELTE PPK))
- Mentálhigiénés önismereti és burn-out prevenció tréningek gyógypedagógusok számára (Eger; Budapest)
- Kommunikációs tréningek orvostanhallgatóknak és egészségügyi dolgozóknak (SOTE, Empátia Tábor; Budapesti Szent Imre Kórház; Bábaképző Intézet)
- Speciális szuggesztív kommunikációs tréningek (Fővárosi Tűzoltóparancsnokság; Miskolci Spider Különleges Mentőalakulat; Sürgősségi Orvosképzés; Máltai Szeretetszolgálat Speciális Orvoscsoportja)
- Kommunikációs, konfliktuskezelési, értékesítési, együttműködési, prezentációs és csapatépítő tréningek vezetése for- és non-profit szervezetek számára. Főbb ügyfelek: Malév Rt, Pricewaterhouse Coopers, RTL Klub Híradó, Toyota Mayer Kft, Falck SOS Kft, DEI Magyarország Kft, Főnix SOS Kft, Magyar Máltai Szeretetszolgálat, Euromentor Medical Kft., Scala Epicor Kft., Lufthansa Systems Hungary Kft., Grundfos Magyarország Gyártó Kft., Wecast Hungary Autóipari Rt., Erste Bank Hungary Nyrt., MOL, Hild, ASA Magyarország Kft., ÉRD-KOM Kft

- Stresszkezelő programok kidolgozása és vezetése (Generali Providencia Biztosító zRt., Lufthansa Systems Hungary Kft., Nestlé Hungária Kft.)
- Vezetőfejlesztő programok (Ringier Lapkiadó Kft, Ringier Print Kft., ASA Magyarország Kft, Generali Providencia Biztosító zRt., Volánbusz zRt., E.ON (OPI-program, valamint Menedzsment Tükör Program))
- Speciális ló mediálta vezetőfejlesztő programok kidolgozása és vezetése: Hotel NaturMed Carbona, Ringier Lapkiadó Kft, Magyar Telekom, Volánbusz zRt., Juhász Kereskedőház, Praktiker Magyarország Kft., METRO Kereskedelmi Kft.)
- Egyéni vezetőfejlesztő folyamatok (coaching): Volánbusz Zrt, E.ON
- Szervezetfejlesztési mélyinterjúk (Raiffeisen Bank)

Tanár

1995-jelen

- ELTE PPK Pre- és Perinatális Szaktanácsadó Képzés (Személyiséglélektan, Kommunikáció, Segítő technikák) *2007-jelen*
- Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kara, Lovaskultúra Szak (Pszichológia, Önismeret és kommunikáció) *2006-jelen*
- Semmelweis Egyetem, angol nyelvű orvos- és fogorvosképzés (Orvosi pszichológia és kommunikáció) *2006-jelen*
- SOTE Sürgősségi Orvosképzés (Kommunikációelmélet és szuggesztív kommunikáció) *2004-jelen*
- Debreceni Egyetem Vezetőképző Intézet (Kreativitás és problémamegoldás) *2002-2005*
- Grafológiai Központ (Általános pszichológia, írásbiológia, kutatómódszertan, személyiségpszichológia) *2004-2006*
- Budapesti Közgazdaságtudományi Egyetem, Vezetőképző (Kognitív pszichológia) *2002-2003*
- ELTE BTK (később PPK) Pszichológia szak (Általános lélektani gyakorlatok, speciálkollégiumok, készségtárgyak és műhelymunkák magyar és angol nyelven) *2000-2006*
- ELTE Jogi Kar (Pszichológiai gyakorlatok jogászoknak) *2002-2004*

- Grafológiai Intézet (Általános pszichológia, írásbiológia, személyiséglélektan, kutatómódszertan, munkahelyi pszichológia) **1999-2004**
- KREA Művészeti Iskola (Reklámpszichológia) **2000-2001**
- Casus Művészeti Menedzserképző Kollégium (Általános, szociál- és reklámpszichológia) **1995-1999**

TANULMÁNYOK

<i>Közép-európai Gestalt Központ</i>	2009 -
Integratív coach képzés	
<i>G&K HorseDream® Licensed Partners Workshops I-IV.</i>	2008
Nemzetközi vezetőfejlesztő lovastréner képzés	
<i>G&K HorseDream® Train the Trainer Seminar</i>	2008
Lovastréner képzés	
<i>Tündérhegyi Pszichoterápiás Intézet</i>	2006-2007
Pszichoterapeuta képzés, propedeutikai fázis	
<i>Magyar Lovasterápiás Szövetség</i>	2004-2007
Lovaspszichoterapeuta képzés	
<i>Nemzeti Lovarda FVM Szakképző és Szaktanácsadó Intézete</i>	2003-2004
Lovastúravezető szakképzés	
<i>ELTE Pszichológiai Doktori Iskolája</i>	2000-2003
Abszolutorium	
<i>Magyar Hipnózis Egyesület</i>	
Hipnoanalitikus képzés	2004-2005
Aktív-éber hipnoterapeuta képzés	2003
Módszerspecifikus hipnoterapeuta képzés	2000-2002
<i>ELTE Pszichológiai Intézet</i>	1997-2000
Autogén tréning vezetői képesítés	
<i>Magyar Szimbólumterápiás és Relaxációs Egyesület</i>	1996-1997
Autogén tréning vezetői képzés, sajátélmény szakasz	
<i>Magyar Pszichodráma Egyesület</i>	1994-2000
Pszichodráma terapeuta csoportvezetői képesítés	
<i>ELTE BTK Pszichológia Szak</i>	1994-2000
Okleveles pszichológus és pszichológia tanári diploma	

KUTATÁSI TERÜLETEK:

- verbális kommunikáció hipnózisban
- a szülés körüli időszak fájdalom- és testi élményei
- szuggesztív kommunikáció a mindennapi orvosi gyakorlatban és a sürgősségi ellátásban
- a lovaglás hatása a lovas tudatállapot-változására

TUDOMÁNYOS ÉS SZERVEZETI TAGSÁG:

- European Association for Horse Assisted Education (EAHAE)
- Magyar Pszichológiai Társaság, Környezetpszichológiai Szekció
- Magyar Hipnózis Egyesület (2003-2007 között az Egyesület titkára)
- Magyar Pre- és Perinatális Orvostudományi és Pszichológiai Társaság (2003-tól vezetőségi tag)
- Magyar Pszichodráma Egyesület
- Magyar Lovasterápia Szövetség
- Malta Medical Rescue Team

KURATÓRIUMI TAGSÁG:

- 1997-1999: a Pszichodiák Alapítvány kurátora
- 2000-tól: az Aktív Szülés Program Alapítvány kurátora

NYELVISMERET:

- angol általános felsőfok
- orosz általános alapfok

PUBLIKÁCIÓK ÉS ELŐADÁSOK:

- Gősiné Greguss Anna, Suhai-Hodász G., Bányai Éva (1998): Verbális kommunikáció hipnózis előtt és hipnózis után. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XIII. Országos Nagygyűlésén, Pécs, 1998. április 15-18.
- Gősiné Greguss A., Bányai É., Suhai-Hodász G., Varga K. (1998): A verbális kommunikáció jellegzetességei szabad hipnózis indukcióban. Előadás a IX. Magyar Hipnózis Találkozón, Lillafüred, 1998. május 29-31.
- Suhai-Hodász G. (1998): Az otthonaszülés élménye és a fájdalom. Előadás a Magyar Pszichoszomatikus Szülészeti- Nőgyógyászati Társaság III. Kongresszusán, Sopron, 1998. április 23-25.

- Suhai-Hodász G. (1998): A hipnotizőr verbális kommunikációjának vizsgálata a standard hipnózishelyzet riportfelvételi szakaszában. Tudomány és Lélek, I/1. 14-44. o.
- Benczúr L., Suhai-Hodász G. (1999): A szexuális szadomazochizmus. Tudomány és Lélek, 2(1). 49-59. o.
- Sarkady K., Suhai-Hodász G. (1999): Pszichodramatikus köldökzsinór: a magzattal való kapcsolat újszerű dimenziója. Előadás a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság II. Országos Kongresszusán, Budapest, 1999. november 19-21.
- Sarkady K., Suhai-Hodász G. (1999): Párban és mégis hárman: pszichodráma a szülésfelkészítésben. Workshop a Magyar Pszichodráma Egyesület IV. Országos Kongresszusán, Budapest, 1999. november 27-28.
- Suhai-Hodász G. (1999): Általános pszichológia. Semmelweis Orvostudományi Egyetem, Bp.
- Sarkady K., Suhai-Hodász G. (2000): Pszichodráma a várandósság ideje alatt. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XIV. Országos Nagygyűlésén, Budapest, 2000. május 30.- június 2.
- Suhai-Hodász G. (2000): „Fájásdimenziók” - a szülés fájdalom- és testi élményeinek összehasonlító vizsgálata. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XIV. Országos Nagygyűlésén, Budapest, 2000. május 30.- június 2.
- Suhai-Hodász G. (2000): Nemcsak gyermekek születik... - a szülés körüli élmények összehasonlító vizsgálata. Szakdolgozat, ELTE BTK, Budapest.
- Suhai-Hodász G. (2000): Az apák szülésélményei. Előadás a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság III. Országos Kongresszusán, Budapest, 2000. október 6-8.
- Suhai-Hodász G., Sarkady K. (2001): Pszichodráma a szülésre való ráhangolódásban. Előadás a Magyar Pszichodráma Egyesület V. Országos Kongresszusán, Budapest, 2001. március 30-31.
- Suhai-Hodász G. (2001): A gyermeknek tulajdonított születésélmények összehasonlító vizsgálata. Előadás a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság IV. Országos Kongresszusán, Budapest, 2001. október 3-5.
- Suhai-Hodász G. (2002): Emotional Cords. Psychodrama in Childbirth Preparation. Előadás az International Congress on Embriology, Therapy and Society, Nijmegen, Hollandia, 2002. május 8-12.
- Suhai-Hodász G., Varga K. (2002): A szülés környezetének szuggesztív hatásai. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XV. Országos Nagygyűlésén, Szeged, 2002. május 30-június 2.
- Varga K., Suhai-Hodász G. (2002): Szülés - születés lélektanon innen és túl. Pólya kiadó, Bp.
- Suhai-Hodász G., Fehér A., Gyurkó G. (2003) Lánglovagok hamubasúlt pogácsája. Előadás a XIV. Magyar Hipnózis Találkozón, Budapest, 2003. június 6-8.
- Varga K., Suhai-Hodász G. (2003): Szuggesztív hatások a szülés körül. Előadás a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság V. Országos Kongresszusán, Budapest, 2003. október 3-4.

- Suhai-Hodász G., Varga K. (2003): Verbális és tárgyi szuggesztiók a szülőszobán. Előadás a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság V. Országos Kongresszusán, Budapest, 2003. október 3-4.
- Kutas K., Suhai-Hodász G. (2003) A szüléssel kapcsolatos elképzelések a saját születés tükrében. Előadás a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság V. Országos Kongresszusán, Budapest, 2003. október 3-4.
- Suhai-Hodász G. (2003) A pszichodráma alkalmazási lehetőségei a szülésre és a szülőségre felkészítésben. Pszichodráma-vezetői szakdolgozat, Bp.
- Suhai-Hodász G. (2004) Verbális és tárgyi szuggesztiók a szülőszobán. Előadás a Magyar Pszichológiai Társaság XVI. Országos Nagygyűlésén, Debrecen, 2004. május 27-29.
- Suhai-Hodász, G., Bányai, É. I., Gósi-Greguss A. C., Varga, K., Józsa, E. (2004) Hypnosis Interaction From an Evolutionary Perspective: Patterns of Archaic Involvement. Előadás az International Society of Hypnosis 16. Kongresszusán, Szingapúr, 2004. október 17-22,
- Suhai-Hodász G. (2005) Kopp-kopp-kopp négy patkó... Archaikus bevon(ód)ás a ló mediálta pszichoterápiába(n) Előadás Illyés Sándor Emléknapokon, ELTE PPK Kísérleti Általános Pszichológiai Tanszék, Budapest, 2005. március 18.
- Suhai-Hodász G, Mátyás M. (2006) Archaikus bevonódás és módosult tudatállapot lovaglás közben. Előadás a XVII. Magyar Hipnózis Találkozón, Budapest, 2006. május 5-7.
- Kardos E., Mátyás M., Suhai-Hodász G. (2006) A ló mediálta pszichoterápia. Előadás az Ösvény 2006 - Nemzetközi Élménypedagógiai és Kalandterápiás Konferencián, Miskolc, 2006 május 4-7.
- Mátyás M, Suhai-Hodász G. (2006) Módosult tudatállapot-e a lovaglás? Előadás az Ösvény 2006 - Nemzetközi Élménypedagógiai és Kalandterápiás Konferencián, Miskolc, 2006 május 4-7.
- Suhai G (2007) Gergő. Case Study for the Course on Equine Assisted Psychotherapy. Hungarian Federation for Equine Assisted Therapies, Budapest
- Suhai G (2008) A Ló Mediálta Tréningműfaj -módszertani bemutató és beszélgetés, Petneházy Lovasklub, 2008. április 30.
- Suhai G. (2008) Módosult tudatállapotok, lovas pszichoterápia. In: Nyíri Balázs (2008) Pszichológusok a szófán. Scolar Kiadó, Bp. 107-124.o.
- Suhai G. (2008): Teher vagy áldás? In: Család és gyermek - Válogatás a Pszinapszis előadásaiból. Saxum Kiadó - Pszichodiák Alapítvány, 2008
- Kovács P., _ Orosz K., Suhai G (2009): A szülés és a születés mint trauma. Kerekasztal-beszélgetés. In: Lelkünk rajta. Saxum Kiadó – Pszichodiák Alapítvány, Bp. 75-108. o.