

Wytyczne ogólne do Egzaminów Dyplomowych

Egzaminy dyplomowe są okazją do zademonstrowania wiedzy zdobytej w Programie Licencyjnym. Macie możliwość zaprezentować zaawansowane umiejętności używania narzędzi Psychologii Procesu, wykorzystywania znajomości paradygmatu Psychologii Procesu w różnych obszarach pracy, jak również korzystania ze świadomości i stosowania metaumiejętności w roli terapeuty/facylitatora. Egzaminy dyplomowe oceniane są na zasadzie „zdane/niezdane”. Ten dokument ma na celu poprowadzić Was w przygotowaniach do tego etapu studiów. Przybliża oczekiwania egzaminatorów i wyjaśnia, czego możecie się spodziewać w trakcie zdawania egzaminów.

Ocenie podlegać będzie korzystanie z umiejętności, metaumiejętności i świadomości adekwatnie do danego obszaru pracy, a także poprowadzenie sesji w warunkach egzaminu. Wasz Komitet Studiów pomoże Wam zdecydować, czy jesteście emocjonalnie i psychologicznie gotowi do tego etapu studiów - jeśli tak - wystawi Wam odpowiednie rekomendacje. Komitet może też przedstawić swoje sugestie mające na celu pomóc Wam w przygotowaniach. Zachęcamy do skorzystania z tych sugestii. Egzaminy, choć niewątpliwie wymagające, oferują wyjątkowe okoliczności, które wspierają wykorzystywanie nabytej wiedzy i tworzą okazję do osobistego rozwoju.

Lista egzaminów:

1. Praca z osobą nad snem
2. Praca z osobą nad symptomem fizycznym
3. Praca z parą lub rodziną nad relacją
4. Praca z grupą
5. Praca z osobą w ekstremalnym lub odmiennym stanie świadomości
6. Praca wewnętrzna
7. Praca nad własnym konfliktem w relacji
8. Etyka
9. Praca z osobą z wyższą rangą
10. Praca z osobą z niższą rangą

Ten dokument składa się z trzech części:

Część 1 objaśnia, czego możecie się spodziewać, co do przebiegu i ogólnych wymagań podczas egzaminów.

Część 2 określa standardy poszczególnych egzaminów.

Część 3 wyjaśnia oczekiwany sposób podejścia do egzaminów pracy z rangą.

Część 1

Czego możesz się spodziewać i jakie są ogólne wymagania w czasie egzaminów.

Czeka Cię dziesięć 45-minutowych egzaminów, każdy z 2 egzaminatorami i jednym bezstronnym obserwatorem, zwanym też *Beisitzerem* (termin ten pochodzi z języka niemieckiego i znaczy „siedzieć przy kimś, towarzyszyć”). Egzaminatorzy są dyplomowanymi nauczycielami i superwizorami pracy z procesem. Obserwator, dyplomowany psychoterapeuta lub student szkolenia dyplomowego, będzie Ci towarzyszył w czasie egzaminów i wspierał Cię. Może się zdarzyć, że osoba w szkoleniu nauczycielsko superwizorskim zwróci się do Ciebie z prośbą o zgodę na uczestniczenie w Twoim egzaminie jako obserwator - należy to do wymaganych warunków, by móc występować w roli egzaminatora. Możesz się zgodzić na tę prośbę lub nie. Jeśli się zgodzisz, osoba ta będzie obserwatorem na egzaminie bez możliwości oceniania.

Podczas egzaminu pracujesz z klientami na żywo, chyba że ustalenia wymagają dostarczenia zapisu video pracy.

Praca z klientem „na żywo” będzie trwała 25-30 minut, po czym zostanie on poproszony o opuszczenie sali. Pozostałe 15-20 minut jest przeznaczone na wspólne z egzaminatorem omówienie pracy. Powinieneś/powinnaś umieć zanalizować strukturę procesu i interwencje, które zastosowałeś/-eś adekwatnie do struktury. Następnie będziesz poproszona o pracę nad własnym feedbackiem na swoją pracę i nad feedbackiem egzaminatora. Ostateczna ocena (zdane/niezdane) będzie zależała od feedbacku egzaminatora w oparciu o kryteria wyszczególnione w dalszej części tego dokumentu. W trakcie egzaminu otrzymasz feedback dotyczący całości Twojego wystąpienia, a także zrozumienia pracy. Jednak ocena z każdego egzaminu zostanie wystawiona dopiero na sam koniec całego procesu egzaminacyjnego. Sesje prezentowane na video nie powinny przekraczać 20 minut. Proszę nie montować zapisu video - wyjątkiem jest egzamin ze studium przypadku długoterminowego. Wskazówki zostaną podane w dalszej części tego dokumentu.

To ty ponosisz odpowiedzialność za zapewnienie sobie osób do pracy w czasie egzaminów.

Będziesz pracować z osobami, które zaprosisz jako swoich klientów i które zgodziły się wcześniej pracować z Tobą nad danym tematem. (Na przykład: przed egzaminem z pracy nad symptomem powinieneś/-powinnaś zawnoczyć z klientem, że będziecie pracować nad symptomem fizycznym i jaki to będzie symptom). Studenci nie mogą korzystać w tym celu ze studentów ze swojej grupy, za wyjątkiem egzaminu z pracy nad własnym konfliktem w relacji.

Upewnij się, że Twój klient zgadza się na prace nad tematem, nad którym zamierzasz z nim pracować. Zadbaj, by klient wiedział, czego może spodziewać się w czasie tego doświadczenia, na przykład: że będą przy tym obecne trzy inne osoby, że po 25-30 minutach pracy zostanie poproszony o opuszczenie sali, że egzaminatorzy nie będą włączać się do pracy a jedynie obserwować itd.) W przypadku prac video poproście klientów o pisemną zgodę na prezentowanie ich prac w czasie egzaminu.

Niektórzy klienci chcieliby usłyszeć feedback po pracy i rozmowę na temat procesu. Decyzja zależy od Ciebie i klienta. Przyjrzyj się, co powoduje klientem. Wskazana może być rozmowa na ten temat zawnoczu, tak żebyście mogli uzgodnić swoje oczekiwania. Informacje odnośnie samego klienta mogą być ograniczone. Rozmowa na egzaminie będzie dotyczyła głównie Ciebie i Twojego zrozumienia tego, co robisz/-aś.

Kryteria oceniania.

Na każdym egzaminie będziesz oceniany/-a za:

- ogólna wiedzę na temat pracy z procesem
- znajomość paradygmatu pracy z procesem i jego stosowanie w różnych obszarach pracy
- korzystanie ze świadomości i metaumiejętności w roli terapeuty / facylitatora.
- zdolność pracy w procesie egzaminu tj.: zadbanie, by klient czuł się rozluźniony w sytuacji egzaminu, praca w podwójnej roli: egzaminowanego i terapeuty, zrozumienie feedbacku egzaminatora i praca z własnymi doświadczeniami w czasie egzaminu i korzystanie z nich.
- szacunek dla procesu egzaminacyjnego – punktualność, zadbanie by Twój klient był właściwie poinformowany i gotowy na pracę w sytuacji egzaminu, kontakt z egzaminatorem.

Egzaminy Dyplomowe oceniane są na zasadzie „zdane/niezdane”.

Jeśli nie zdasz trzech z egzaminów, będziesz mógł/-a podejść do nich jeszcze raz. Jeśli nie zdasz

czterech lub więcej egzaminów, będziesz musiał/-a powtórnie zdawać wszystkie 10 egzaminów. Uważna ocena Twoich postępów podczas Szkolenia Podstawowego i Dyplomowego powinna zapobiec sytuacji dwukrotnego niezdania Egzaminów Dyplomowych. Jednak, jeśli zdarzy się, że mimo dwóch podejść nie uda Ci się zdać egzaminów, będziesz poproszony o rezygnację z Programu.

Nie wymagamy od Ciebie, żebyś w tych warunkach zaprezentował/-ła całkiem bezbłędną pracę, natomiast oczekujemy umiejętności omówienia swojej pracy, otwartości i płynności na rzecz uczenia się, przekraczania progów i rozwoju.

Ogólne Umiejętności i Podejście (dotyczy wszystkich egzaminów)

Poniższe umiejętności i podejście wymagane podczas wszystkich egzaminów:

1. Powinieneś/powinnaś znać i umieć korzystać z teorii i metod pracy z procesem.
2. Zostaniesz poproszony/-a o przedyskutowanie swojej hipotezy na temat struktury procesu klienta stworzonej na podstawie werbalnych i niewerbalnych sygnałów klienta
3. Będziesz miał/miała okazję zaprezentować swoje umiejętności w następujących obszarach:
 - A. Weryfikowanie swojej hipotezy na podstawie feedbacku klienta
 - B. Praca z sygnałami, w kanałach i techniki amplifikacji w odpowiednim kanale.
 - C. Demonstracja pracy z progiem i podążania za feedbackiem
 - D. Zauważanie procesu w relacji terapeuta-klient, w tym przeniesienia, przeciwprzeniesienia, zaśnienia, przynajmniej w czasie omawiania.
 - E. Używanie metaumiejętności, które wspierają proces klienta.
 - F. Bycie elastycznym w momentach trudności, umiejętność wykorzystania sytuacji „utknięcia” w pracy z klientem.
 - G. Demonstracja umiejętności używania różnorodnych metod rozwijania procesu klienta opartych na sygnałach, śnieniu, Erth-based, i uzasadnienie użycia danej metody pracy.

Dodatkowe wymagania:

4. Analiza i omówienie procesu, bez względu na to, czy udało Ci się go rozwinąć w czasie pracy czy nie.

5. Wyjaśnianie osobistych celów, które Cię prowadziły i wpływały na Twoją pracę.

Niekiedy zostaniesz poproszony o głębsze wyjaśnienia odnośnie teorii dotyczącej danego obszaru w celu zbadania granic Twojej wiedzy.

Część 2

1. Praca z osobą nad snem

Istnieje wiele podejść do pracy ze snem. Egzaminatorzy będą chcieli przekonać się, że potrafisz używać narzędzi do pracy ze snem i z procesem śnienia związanym ze snem, który objawi się w pracy. Poniżej zamieszczamy niektóre z podejść i umiejętności, które mogą być pomocne:

1. Wykonuj interwencje, które wynikają z tego, jak osoba opowiada sen. Na przykład: jeśli jakieś słowo powtarza się kilka razy, zapytaj o skojarzenia z tym słowem. Jeśli osoba wykonuje gesty wskazujące jakiś fragment pokoju podczas opowiadania danego fragmentu snu, użyj pracy z ruchem bądź metod Erth-based aby rozwijać sen. Jeśli osoba przytacza dialog ze snu, wykorzystaj odgrywanie ról z Gestalt.
2. Pracując z elementami snu używaj myślenia symbolicznego.
3. Odkrywaj nieznanne elementy snu.
4. Rozpoznaj strukturę procesu we śnie.

5. Odkrywaj sen na różnych poziomach: uzgodnionej rzeczywistości, snu i śnienia.
6. Zauważ jak sen wydarza się w tej chwili tj. zostaw sen i wejdź w proces śnienia.
7. Pracuj ze skojarzeniami i rozwijaj je.
8. Używaj więcej niż jednej metody pracy ze snem.
9. Zinterpretuj sen w odniesieniu do uzgodnionej rzeczywistości, snu i poziomu esencji.
10. Zauważ swoje „zaśnione” reakcje w związku ze snem.

2. Praca z osobą nad symptomem fizycznym.

Na tym egzaminie będziesz pracował/-a z klientem nad symptomem fizycznym. Istnieje wiele podejść do symptomów zależnie od stopnia ich siły, stanu i pochodzenia. Celem tego egzaminu jest wykazanie, że potrafisz pracować z opisem opartym na doświadczeniu zmysłowym i potrafisz za nim podążać w kanale, w którym się przejawia. Klient, którego zaprosisz do tej pracy, powinien mieć wystarczający kontakt z symptomem i w ten sposób pomóc Ci to zademonstrować.

1. Zapytaj o aspekty symptomu związane z uzgodnioną rzeczywistością i opieką medyczną.
2. Rozwijaj doświadczenie zmysłowe w kanale, w którym przejawia się symptom.
3. Wykaż zrozumienie różnicy pomiędzy procesem symptomu chronicznego i krótkoterminowego.
4. We właściwy sposób używaj dotyku pracując z doświadczeniem z ciała.
5. Rozwijaj proces stojący za symptomem w innych kanałach.
6. Odnieś rozwinięte doświadczenie symptomu do codziennego życia klienta.
7. Odnieś symptom do snu z dzieciństwa i mitu życiowego.

3. Praca z parą lub rodziną nad relacją.

Ten egzamin odbywa się przy udziale pary bądź rodziny. Nie wolno Ci pracować z klientem nad problemem relacyjnym z osobą, która jest nieobecna. Para nie musi mieć wyraźnego konfliktu – do Ciebie należy zauważać ich progi i pracować nad nimi. Powinieneś /powinnaś wiedzieć jak:

1. Docenić kulturę relacji i umieć w odpowiednim momencie i w odpowiedni sposób w nią wkroczyć.
2. Postrzegać relację jako system lub pole, włącznie z jej relacją do świata i kontekstem społecznym.
3. Zauważać poziomy proces relacji i wykonywać interwencje odpowiednio do nich.
4. Zauważać progi, podwójne progi, progi systemowe i pracować z nimi.
5. Pracować z parą w różnych kanałach.
6. Zauważać, w jaki sposób klienci używają Ciebie i jako jaką rolę postrzegają Cię w pracy relacyjnej.
7. Wykazać świadomość wielokrotnych ról i wpływu rangi w pracy z relacją.
8. Wykazać świadomość własnych doświadczeń w tym potencjalnego zaśnienia.
9. Używać metod Erth-based w pracy z parą i uzasadnić wybór tej metody.

4. Praca z grupą.

Na tym egzaminie zdający/-a facylituje proces grupowy. Zdający/-a jest odpowiedzialny/-a za zaproszenie uczestników procesu grupowego (preferowani są członkowie szerszej społeczności niż grupy bliskiej zdającemu/-ej). Zalecamy zaproszenie minimum 6 osób. Możesz zasugerować grupie pracę nad wcześniej uzgodnionym zagadnieniem, niemniej również w tym przypadku musisz wykazać umiejętność sortowania tematów z szerszego spektrum. Oceniane będzie:

1. Stosowanie podstawowych umiejętności: sortowanie tematów, osiągnięcie konsensusu, przytrzymanie hot-spotów, zauważanie progów i praca z nimi, zauważanie i przytrzymanie tymczasowego rozwiązania, zauważanie ról i ról-duchów.

2. Odgrywanie ról: sięganie do śnienia roli, zauważanie progów w rolach, zauważanie kiedy rola sięga poziomu osobistego, podwójne sygnały w rolach i progi w rolach.
3. Praca z procesem pierwotnym grupy i wspieranie go.
4. Praca z atmosferą.
5. Odkrywanie nieznanego w grupie. Praca ze snem i śnieniem grupy.
6. Używanie metod Erth-based w pracy z grupą i w budowaniu zespołu.
7. Używanie wielu metod rozwijania procesu grupy jak: odgrywanie ról, świadomość poziomu śnienia, dzielenie się osobistym doświadczeniem, praca z pojedynczą osobą, praca z relacją i praca z symptomem fizycznym.
8. Świadomość pracy zespołowej – używanie siły i umiejętności Twojej jak i współfacylitatora w celu osiągnięcia wspólnych celów.
9. Świadomość korzystania z „eteru” : interweniowania, we właściwych momentach i milczenia we właściwych.
10. Praca wewnętrzna nad własnymi stanami „na gorąco”, zauważanie własnych stanów jako części procesu i wykorzystywanie ich w pracy.
11. Podążanie za grupą zamiast kierowania nią.
12. Radzenie sobie z krytyką i atakiem.
13. Radzenie sobie w sytuacji egzaminu, praca z osobami obserwującymi i wniesienie miejsca starszyzny.

5.Praca z klientem nad ekstremalnym lub odmiennym stanem świadomości.(na ten egzamin przynieś zapis sesji video).

Egzamin z pracy z ekstremalnym stanem świadomości jest to praca z osobą, u której w długotrwałym procesie występuje stan, który przeszkadza mu i/lub innym z jej otoczenia, a który tradycyjnie leczony jest psychiatrycznie. Jako że stany tego rodzaju łatwo podlegają wpływowi warunków otoczenia i osób trzecich w pomieszczeniu, ten egzamin prezentujesz na podstawie zapisu video. Prosimy o przyniesienie nieopisanego zapisu video 20-minutowej sesji z klientem, na której ty jak i klient jesteście dobrze widoczni. Nie pracuj z osobą nad uzależnieniem, chyba że w czasie pracy zostanie wniesione, że zostało to również zdiagnozowane psychiatrycznie.

Oceniane umiejętności:

1. Zrozumienie kontinuum stanów świadomości – od uzgodnionej rzeczywistości po stany ekstremalne, w których klient nie chce bądź nie potrafi metakomunikować o doświadczeniu.
2. Zauważanie, w którym miejscu kontinuum znajduje się klient w czasie sesji, a także w czasie zmian podczas pracy.
3. Praktyczne uwzględnianie „etyki dwóch stanów” - obdarzanie jednakową uwagą i znaczeniem zarówno stanu ekstremalnego klienta, jak i jego stanu skierowanego na rzeczywistość uzgodnioną.
4. Zauważanie i praca z ekstremalnym stanem świadomości klienta, choćby w niewielkim stopniu, nawet jeśli w czasie sesji znajduje się on w „normalnym” metakomunikatywnym, zorientowanym na uzgodnioną rzeczywistość stanie.
5. Swoboda doświadczania różnych stanów świadomości – u siebie i u innych
6. Metaumiejętności: zaprzysiężanie się, wchodzenie w doświadczenie, dołączanie, wchodzenie w interakcję z osobą w różnych stanach świadomości.
7. Zaprezentowanie różnych metod i podejść do rozwijania ekstremalnego stanu.
8. Omówienie, jak ekstremalny stan odnosi się do codziennego życia klienta i jego/jej mitu życiowego.
9. Odniesienie ekstremalnego stanu klienta do teorii „cieni miasta”. W jaki sposób

ekstremalny stan świadomości klienta równoważy proces pierwotny lub wartościuje wzorzec społeczny/rzeczywistość społeczną, w której (którym) jest osadzony.

6. Praca wewnętrzna.

Będziesz pracował/-a nad sobą w obecności egzaminatorów korzystając z technik pracy wewnętrznej psychologii procesu. Po pracy zostaniesz poproszony/-a o omówienie struktury procesu i dynamiki Twojego doświadczenia. Będziesz mogła skupić się na niedokończonych aspektach pracy wewnętrznej. Razem z egzaminatorami omówisz swoje doświadczenia, rozwój i umiejętności. Na egzaminie wymagane są następujące umiejętności:

1. Skupianie się na znaczącym doświadczeniu
2. Zauważanie wszystkich doświadczeń jako części siebie.
3. Sortowanie doświadczeń od najbliższych tożsamości do najdalszych, a następnie zajęcie się bardziej wtórnym materiałem.
4. Zauważenie progę i praca z nim.
5. Podążanie za doświadczeniem w kanałach, w których się pojawia.
6. Rozwijanie doświadczenia i płynne stosowanie różnych metod, gdy się nasuwają: pracy sygnałowej, pracy z rolami, z flirtami, ze snieniem i metody opartej na Ziemi.
7. Zauważenie swojego procesu pierwotnego.
8. Zauważanie, która z Twoich wewnętrznych figur „wykonuje” pracę. Kto ocenia Twój doświadczenie?
9. Omówienie procesu z egzaminatorem.

7. Praca z konfliktem relacyjnym

Przyprowadź osobę, z którą masz konflikt i pracuj z nią nad tym konfliktem w obecności egzaminatorów. Niekoniecznie musisz doprowadzić do rozwiązania konfliktu, natomiast wymagane są:

1. Chęć i umiejętność wniesienia konfliktu.
2. Umiejętność trwania w konflikcie i pracy z metapozycji.
3. Facylitowanie konfliktu od wewnątrz, a nie jako terapeuta osoby, która ma konflikt.
4. Zauważanie własnych sygnałów i rozwijanie ich.
5. Korzystanie ze snienia i metodzie opartej na Ziemi w celu pogłębiania doświadczeń.
6. Zauważanie sygnałów drugiej osoby i wspieranie go/jej w rozwijaniu ich, ale nie z miejsca terapeuty.
7. Chęć i umiejętność zobaczenia drugiej osoby jako aspektu siebie.
8. Umiejętność bycia elastycznym/-ą w sytuacji konfliktu – umiejętność przekonującego wyrażania przeciwnego sposobu myślenia.
9. Świadomość poziomów relacji i poziomów doświadczenia i praca z nimi.
10. Chęć i umiejętność zostawienia poziomu uzgodnionej rzeczywistości, aby zauważać nietypowe doświadczenia i sygnały i wykorzystać je do pogłębiania doświadczenia.
11. Świadomość rangi i praca z nią na korzyść drugiej osoby.
12. Ciekawość procesu drugiej osoby mimo jednoczesnego trwania w konflikcie z nią.

8. Etyka

Podczas tego egzaminu zostaniesz poproszony o zaprezentowanie znajomości Kodeksu Etycznego Polskiego Stowarzyszenia Terapeutów i Trenerów Psychologii Procesu i wykonanie pracy wewnętrznej (patrz wytyczne do egzaminu z pracy wewnętrznej) nad problemem etycznym lub przypadkiem złamania zasad etycznych podczas terapii lub szkolenia grupowego.

Część 3 - Dotyczy dwu egzaminów pracy z rangą

Praca z rangą jest ważną częścią pracy z procesem - na każdym poziomie, w pracy indywidualnej, relacyjnej bądź z grupą. Jak wiadomo ranga może pochodzić z rozmaitych źródeł: społecznych, duchowych itd. Na kolejnych dwóch egzaminach będziesz musiał/-a wykazać, że potrafisz zauważyć pochodzenie rangi lokującej Cię niżej bądź wyżej w relacji z drugą osobą, którą przyprowadzisz na egzamin, jak również sięgać do innych źródeł rangi. Musisz umieć znaleźć, w jaki sposób masz wyższą rangę wobec tej osoby i umieć użyć tej rangi na korzyść relacji. Na przykład: możesz przyprowadzić swojego szefa, który ma wyższą rangę. Ale ty jesteś bliżej źródła rangi duchowej.

9. Praca z osobą o wyższej randze.

Na tym egzaminie będziesz facylitować spotkanie z osobą o wyższej randze. To ty jesteś odpowiedzialny/-a za zaproszenie osoby, która używa wobec Ciebie wyższej rangi, lub która, masz poczucie, przewyższa Cię rangą. Będziesz musiał/-a zauważyć, a jaki sposób ty masz wyższą rangę wobec tej osoby, nawet jeśli czujesz, że Twoja ranga jest o wiele niższa.

Wymagania:

1. Wzięcie roli facylitatora w relacji z osobą o wyższej randze.
2. Postrzeganie relacji jako pola, zauważanie obu stron jako ról w polu i patrzenie na sytuację z perspektywy Big U.
3. Umiejętność słuchania i wyrażania obu pozycji.
4. Przyznanie, że druga osoba ma rangę i szacunek dla tej rangi.
5. Umiejętność wyjścia z roli ofiary i zauważanie własnych sygnałów rangi i wnoszenie własnej siły.
6. Świadome wnoszenie swoich emocji.
7. Pracownie z własnymi progami (np. wycofywanie projekcji, praca z zarzutem, ze zinternalizowaną opresją)
8. Świadome wybieranie kierunku pracy i sposobu pracy.

10. Praca z osobą o niższej randze.

Na tym egzaminie będziesz facylitował/-a spotkanie z osobą o niższej randze. Jesteś odpowiedzialny/-a za zaproszenie osoby z niższą rangą, z którą masz problem relacyjny. Wskazówki podobne są do tych z egzaminu 9., z tą różnicą, że musisz zauważyć, w jaki sposób Twoja ranga jest NIŻSZA niż osoby, którą zaprosiłeś/-łaś (na przykład on/ona ma wyższą rangę psychologiczną lub duchową, choć Ty masz więcej pieniędzy, jesteś młodsza/-y, ładniejsza/przystojniejszy itd). Musisz też umieć zauważać własne sygnały: POCZUCIE, że jesteś lepszy/-a od tej drugiej osoby, i pracować z tym.

Kryteria oceniania:

1. Wzięcie roli facylitatora w relacji z osobą o niższej randze.
2. Postrzeganie relacji jako pola, zauważanie obu stron jako ról w polu i patrzenie na sytuację z perspektywy Big U.
3. Umiejętność słuchania i wyrażania obu pozycji.
4. Przyznanie, że druga osoba ma rangę i szacunek dla tej rangi.
5. Zauważanie własnych sygnałów rangi i wnoszenie własnej siły.
6. Pomoc drugiej osobie we wnoszeniu jej sygnałów rangi i korzystania ze swojej siły.
7. Świadome wnoszenie swoich emocji.
8. Pracownie z własnymi progami (np. wycofywanie projekcji, praca z zarzutem, ze zinternalizowaną opresją)
9. Świadome wybieranie kierunku pracy i sposobu pracy.