

## Historia i filozofia pracy z procesem

### **Taoistyczne podstawy idei procesu:**

Yin-Yang, cykliczna przemiana, Wu -Wei (nie-działanie), nieociosany kłoc, koncepcja energii Chi, taoistyczna alchemia i yoga, podobieństwa i różnice między Taoizmem i Psychologią Procesu.

### **Idea procesu w mitologii:**

Idea przepływu i procesu w różnych motywach mitologicznych, związek mitu i śniącego ciała.

### **Podstawy psychologii Freuda**

Energia psychiczna (libido), impuls życia i śmierci, kompensacja, struktura psyche, koncepcja nieświadomości, kompleks edypa i fazy rozwojowe, praca marzenia sennego.

### **Podstawy psychologii C. G. Junga**

Teoria kompleksu, finalizm, energia psychiczna, nieświadomość indywidualna i zbiorowa, indywiduacja, archetypy, symbol, amplifikacja wg. Junga, aktywna wyobraźnia, funkcje psychiczne i typologia, transcendentna funkcja psyche, synchroniczność.

### **Idea procesu w alchemii:**

Alchemia i indywiduacja, fazy procesu alchemicznego, prima materia, naczynie alchemiczne, Merkury, H Гермаfrodyta, kamień filozoficzny, coniunctio, złoto, Unus Mundus etc.

### **Fizyka współczesna a Psychologia Procesu**

Zasada nieoznaczoności; zależność obserwacji od obserwatora; cząstka a fala; koncepcja superpozycji; splątanie i nielokalność; Teoria Feynmana - koncepcja anihilacji i podróż w czasie; współtworzenie (*ang. cocreation*); kot Schroedingera, a figury senne.

### **Najważniejsze pojęcia i filozofia psychologii procesu**

Koncepcja śniącego ciała, idea procesu, poziomy rzeczywistości, fazy procesu, orientacja na stan vs. orientacja na proces (w innych koncepcjach psychologicznych np. Gestalt, Rogers, NLP, w klasycznej i współczesnej fizyce, w zachodnich i nie-zachodnich systemach medycznych i konsekwencje dla postaw i technik terapeutycznych).

## Podstawy POP

### **Świadomości processworkera na trzech poziomach rzeczywistości**

Pierwszy i drugi trening; pierwsza i druga uwaga; sygnały i pre-sygnały; marginalizacja; flirty.

Cztery fazy pracy z konfliktem.

Cechy poziomów rzeczywistości; praktyczne rozpoznawanie na którym poziomie jest klient; progi klienta na poszczególne poziomy rzeczywistości; przekraczanie progu na trzech poziomach rzeczywistości;

### **Podstawowe pojęcia i narzędzia Psychologii Procesu na trzech poziomach rzeczywistości.**

#### **Sen**

Definicje procesu, struktura procesu: proces pierwotny i wtórny; kanały proste, złożone i połączone; kanały zajęte i nie-zajęte; figury senne; progi (osobiste i kulturowe podstawy progów); postaci progowe.

Metakomunikacja; przepływ świadomości; przepływ informacji poprzez sygnały; zasada zachowania informacji; podwójne sygnały.

Teoria ról w polu, zaśnienie a przeniesienie i przeciwprzeniesienie.

Techniki amplifikacji; puste dojsie, rozwijanie sygnałów w kanałach; odkrywanie figur sennych; Praca z progiem: rozpoznawanie progu i techniki pracy; świadomość kanałów na progu; techniki pracy z progiem w innych podejściach np.:praca z oporem w psychoanalizie, terapia Gestalt, podejście behawioralne (trening umiejętności), poznawcze (Ellis, Beck), NLP.

#### **Śnienie**

Praca z flirtem; rozwijanie tendencji do ruchu; miejsce na ziemi; praca z wektorami.

#### **UR**

Wnoszenie śnienia do UR, wnoszenie wtórnych figur sennych do UR, zadania na progu.

### **Metaumiejętności i Relacja terapeutyczna**

Podążanie za procesem klienta; rozwijanie doświadczenia vs. interpretacja; umysł początkującego; podejście naukowe; poczucie humoru etc.

Postawa psychoterapeuty w relacji terapeutycznej; przekonania i progi terapeuty a proces terapii; współtworzenie pola terapeuta - klient.

## Praca w kanale ruchu

### **Techniki pracy**

Ruch jako kanał zajęty i niezajęty; ruchy pierwotne i wtórne; metody amplifikacji w kanale ruchu; rozwijanie ruchu vs. interpretacja, opis ruchu oparty o doświadczenie, unikanie ocen i znaczeń, podkanały w kanale ruchu; praca na progu w kanale ruchu; schodzenie na poziom śnienia w ruchu; wykorzystanie struktury języka w pracy z ruchem; BHP pracy w kanale ruchu.

### **Inne koncepcje terapii ruchem a Psychologia Procesu**

Praca: Marion Chase, Trudy Schoop, Mary Whitehouse, Joan Chodorow, Pięć Rytmów, terapia tańcem (DMT) oraz porównanie tych systemów do idei pracy z ruchem w Psychologii Procesu;  
Podstawowa wiedza o pracy Rudolfa Labana i jej zastosowania w psychologii procesu (np. kategorie ruchów).

### **Tło historyczne i etnograficzne pracy z ruchem:**

Plemienne tańce rytualne, tańce szamańskie, tańce naśladowujące ruchy zwierząt.  
Archetypowe wzorce ruchu np. wirowanie derwiszów, yoga, gesty społeczne, gesty rytualne itp.  
Sztuki walki (T'ai chi, aikido, karate, tło historyczne tych systemów).

## Praca wewnętrzna

Egzamin sprawdza umiejętności klienta w pracy ze sobą. Student powinien wykazać się następującymi umiejętnościami:

- Wybór tematu do pracy (skanowanie kanałów, zauważanie i podążanie za własnym feedbackiem)
- Rozpoznawanie struktury procesu i kanałów we własnym doświadczeniu
- Praca z podwójnym sygnałem w kanale niezajętym.
- Rozpoznawanie progów + kierunek pracy
- Zmiana kanałów
- Metakomunikacja
- Dostrzeganie na bieżąco znaczących wydarzeń i włączanie ich do pracy wewnętrznej
- Wycofywanie projekcji

Student powinien posiadać teoretyczną i praktyczną wiedzę z następujących obszarów:

- Medytacja zorientowana na proces
- Metody Earth Based
- Praca z kierunkami
- Praca na poziomie esencji
- Aktywna wyobraźnia
- Joga, wschodnie i zachodnie procedury medytacyjne i praktyki duchowe (przykłady i teoria).

# Praca w kanale słuchowym

## **Podstawy teorii komunikacji a Psychologia Procesu**

Podjęcie komunikacyjne (G. Bateson; P. Watzlawick); podwójne sygnały, a treściowy i relacyjny aspekt komunikatu; składniki informacji, a relacje figur sennych; komunikacja analogowa i digitalna; teoria podwójnego wiązania; dystans i sygnały rangi w kanale słuchowym.

## **Rozróżnianie rodzajów informacji słuchowej:**

muzyka, mowa, parajęzyk, ludzkie wokalizacje nie związane z mową, zwierzęce wokalizacje, dźwięki naturalne i mechaniczne jako źródła informacji o procesie wtórnym; umiejętność rozróżniania sygnałów parajęzykowych jako odrębnych od kontekstu słownego; podkanały w kanale słuchowym.

## **Techniki pracy**

Amplifikacja w kanale słuchowym; podkanały kanału słuchowego; podwójne sygnały w kanale słuchowym (różnice pomiędzy treścią a ekspresją);

## **Rozpoznawanie struktury procesu na podstawie wypowiedzi werbalnej**

Informacja o procesie pierwotnym i wtórnym, progach, strukturze kanałów, postaciach ze snu i ich relacji wobec świadomości, krytyce wewnętrznej i zewnętrznej, metakomunikatorze oraz hipotezy i prognozy o kierunkach pracy i możliwe interwencje, myślenie symboliczne i wielokrotność znaczeń; styl komunikacji, a postaci ze snu.

## **Praca z muzyką w Psychologii Procesu**

Muzyka jako środek dostępu do wtórnego materiału na poziomie indywidualnym i społecznym; metody amplifikacji procesu w muzyce; rozróżnienie pomiędzy pierwotną i wtórną muzyką; muzyka, a poziom esencji.

## **Podstawy muzykoterapii**

## Praca w kanale relacji

### **Zorientowana na proces praca z relacjami - paradygmat i cel pracy z relacją.**

Po czym poznać, że kanał relacji jest zajęty i niezajęty;  
Kanał relacji jako kanał złożony;  
Różnica między kanałem relacji i kanałem świata.

### **Podstawowe narzędzia pracy z relacją**

Poziomy pracy z relacjami i ich rozpoznawanie oraz narzędzia używane w pracy na każdym z nich;  
Identyfikacja procesu pierwotnego i wtórnego poszczególnych osób oraz relacji jako całości;  
Sny w relacjach, współzależnienie;  
Typowe zjawiska w kanale relacji i sposoby pracy z nimi: przeniesienie; przeciwprzeniesienie; projekcja;  
identyfikacja projekcyjna; zaśnienie; podwójne sygnały w relacjach; progi komplementarne i symetryczne;  
oskarżenia; cztery fazy pracy z konfliktem.

### **Podstawowe rozumienie wybranych teorii i narzędzi terapii rodzin i pracy z relacjami:**

Terapia Strukturalna  
Terapia Strategiczna  
Terapia Komunikacyjna  
Szkoła Mediolańska  
Symboliczna terapia rodzin Whitakera  
Terapia Hellingera  
Terapia Gestalt  
Analiza Transakcyjna  
Teoria relacji z obiektem  
Praca z Genogramem  
Cykl życia rodziny

### **Relacja terapeutyczna**

Świadomość postawy psychoterapeuty, wielokrotność ról, sojusz terapeutyczny.  
Podejścia: psychodynamiczne, behawioralno-poznawcze, humanistyczne – odniesienia do POP.

## Praca w kanale świata

### **Praca ze światem w psychologii procesu:**

Pojęcia globalnego śniącego ciała i kanału świata

Kanał świata z perspektywy jednostki (świat jako jeden z sześciu kanałów przepływu doświadczenia)  
oraz z perspektywy globalnej lub polowej (jednostka jako kanał przepływu informacji dla grupy lub świata)

### **Podstawy koncepcji kanału świata**

Mitologia: mity o stworzeniu świata, koncepcja Antroposa

Procesy synchroniczne: I Ching, Jung o synchroniczności, Astrologia, Alchemia.

Koncepcja Głębokiej Demokracji; cel pracy z grupą w Psychologii Procesu;

Teorie pola, hologramu, nie-lokalności; zasada nieoznaczoności; obserwator jako część systemu; teoria ewolucji, hipoteza Gai, koncepcja pól morfogenetycznych; teoria systemów.

### **Narzędzia i interwencje zorientowanej na proces praca z grupą i ze światem**

Teoria rang: rodzaje rang, rangi i przywileje, świadome i nieświadome używanie rangi; skutki bezpośrednie i długoterminowe nieświadomego użycia rangi;

Praca z nadużyciami; praca z traumą; zinternalizowana opresja; przemoc;

Procedura pracy z konfliktem; terroryzm; facylitacja z pozycji mniejszości i większości;

Przywództwo; starszyzna; globalne znaczenie jednostki i pracy wewnętrznej;

Proces grupowy i praca z grupami; teoria ról; rodzaje ról; sygnały i kanały w grupie; struktura procesu; atmosfera w grupie i śnienie grupy; progi grupowe, hot spot'y i cool spot'y; role duchy; duchy czasu i miejsca; odmienne stany w procesie grupowym; eskalacja i deeskalacja;

Praca z jednostką w kanale świata; praca ze zjawiskami naturalnymi, wydarzeniami politycznymi;

Open Forum, Worldwork.

### **Psychoterapia grupowa**

Zasady organizacji, podstawowe zjawiska, proces grupowy w rozumieniu klasycznym; techniki pracy z grupą oraz wybrane podejście (np. psychoanalityczne, orientacja tu i teraz –Yalom)

## Praca w kanale propriocepcji

### **Teoria pracy z ciałem i symptomami fizycznymi w psychologii procesu**

Związek snów i symptomów fizycznych.  
Praca z symptomem obecnym w aktualnym doświadczeniu.  
Praca z symptomem chronicznym (procedura pracy).  
Głęboka praca z ciałem (techniki pracy i środki bezpieczeństwa).  
Praca z osobami w śpiączce.  
Praca z osobami umierającymi.  
Symptomy fizyczne, a relacje.  
Choroby społeczne i cywilizacyjne.

### **Najważniejsze podejścia psychoterapeutyczne wykorzystujące pracę z ciałem (tło historyczne, paradygmat i cele pracy, stosowane metody, porównanie do Psychologii procesu)**

Reich,  
Lowen, Boadella,  
Gestalt,  
Feldenkreis,  
Technika Aleksandra,  
Rolfing,  
Psychosomatyka.

### **Podstawowe założenia i metody różnych systemów medycznych i porównanie do Psychologii Procesu:**

Medycyna zachodnia,  
Homeopatia,  
Medycyna chińska, tybetańska, Ajurweda,  
Shamanizm.



## Praca w kanale wizualnym

### **Psychologia Procesu – metody pracy w kanale wizualnym**

Praca z wtórnymi sygnałami w kanale wizualnym.  
Metody pracy ze snem na poziomie snu i śnienia.  
Sen z dzieciństwa i mit osobisty.  
Praca z bajkami i mitami.  
Praca z rysunkiem i twórczością plastyczną.

### **Metody pracy ze snami wybranych szkół psychoterapeutycznych**

Freud: interpretacja snów  
Jung: interpretacja snów metodą psychologii analitycznej, sny i doświadczenia z dzieciństwa, aktywna wyobraźnia.  
Perls: praca ze snami w terapii Gestalt  
M. Klein: interpretacja zabawy, a interpretacja marzeń sennych.  
Moreno: Praca ze snem w psychodramie

### **Znaczenie bajek i mitów w psychologii**

Europejskie i pozaeuropejskie mity, baśnie, legendy.  
Znaczenie mitów w teorii Freuda i Junga.  
Umiejętność rozumienia mitów i baśni w danym kontekście kulturowym, w odniesieniu do historii i mitu osobistego.  
Związek mitu i rytuału z psychoterapią.

### **Wybrane podejścia do mitów i baśni**

Joseph Campbell,  
Marie-Louise von Franz,  
Bruno Bettelheim.

### **Biologia snu**

### **Inne podejścia do pracy w kanale wizualnym**

Interpretacja rysunków,  
Jungowska praca z mandalą,  
Wizualizacja,  
Terapia poprzez sztukę

### **Etnologia snów w tradycji Aborygenów**

### **Sny i szamanizm**

Wizje szamańskie (np.: Eliade; Black Elk),  
Widzenie i Sztuka śnienia (Carlos Casteneda)  
Vision Quest.

# Praca z odmiennymi stanami

## **Teoria i metody Psychologii Procesu w obszarze ekstremalnych stanów świadomości**

Stany ekstremalne i odmienne - definicje i kryteria.

Metody pracy ze stanami ekstremalnymi, odmiennymi i transem.

UR a ekstremalne i odmienne stany świadomości, kolektywne znaczenie stanów ekstremalnych, koncepcja cieni miasta.

## **Psychopatologia**

Systemy diagnostyczne ICD 10, DSM V.

Kryteria diagnostyczne głównych zaburzeń wg. DSM V:

- Zaburzenia nastroju
- Zaburzenia osobowości
- Zaburzenia lękowe
- Schizofrenie
- Uzależnienia
- Zaburzenia odżywiania
- Zaburzenia na tle seksualnym
- Zaburzenia kontroli impulsu

## **Diagnoza**

Nozologiczna,

W psychoterapii

W psychologii proces

## **Podstawy psychofarmakologii**

Podział leków psychotropowych i ich podstawowe działanie

- leki normotymiczne
- leki psycholeptyczne: przeciwpsychotyczne, przeciwłękowe, leki nasenne i uspokajające
- leki psychoanaleptyczne: przeciwdepresyjne, psychostymulujące i nootropowe

## **Wybrane inne teorie i podejścia do pracy z ekstremalnymi stanami świadomości:**

Teoria relacji z obiektem

Podejście Behawioralno-Poznawcze,

Komunikacyjne,

Szkoła Mediolańska,

R.D. Laing;

Milton Erickson,

Stanislav Groff

## **Psychologia Procesu, a uzależnienia**

Podejście i metody pracy z uzależnieniem od substancji i uzależnieniami behawioralnymi

Zaburzenia odżywiania w podejściu POP.

Teoria kolektywnego znaczenia uzależnień

## **Inne podejścia do pracy z uzależnieniami**

Behawioralne i poznawcze.

Medyczne metody leczenia uzależnień.

Bezpośrednie objawy występujące po zażyciu różnego rodzaju substancji odurzających.

**Psychologia procesu w pracy z umierającymi, osobami w stanach bliskich śmierci, w śpiączce, doświadczeniami transpersonalnymi, duchowymi i szczytowymi.**

**Etyczne i prawne zagadnienia pracy z osobami w ekstremalnych stanach świadomości.**