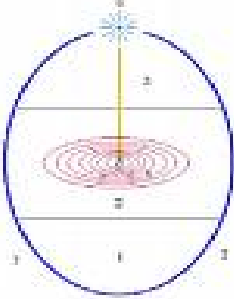


Konstruktabelle

Konstrukte	Erläuterungen
Ich-Selbst-Achse	<p>Beschreibt die Verbindung zwischen dem erwachten Ich-Bewusstsein /Bewusstseinssystem (Fähigkeit beobachtend/achtsam wahrzunehmen) und ihrer Verbindung zum (höheren) Selbst. Dieses Bewusstsein vermittelt zwischen Persönlichkeit und höherem Selbst (h.S.). Im Bewusstseinsmodell der PS (siehe unten) ist sie die vertikale Achse.</p> <p>Im Klienten wird eine Instanz geweckt, die die Signale des h. S. wahrzunehmen lernt. Die Persönlichkeit bedarf dieser Instanz um den Übersetzungsvorgang zwischen Innen und Außen zu leisten. Der Aspekt der „erwachten“ Persönlichkeit ist notwendig zum Wecken der Ich-Selbst-Achse.</p>
Identifikation- Disidentifikation	<p>Beschreibt den Grad der Identifikation bzw. Disidentifikation mit der Persönlichkeit/Selbstbildern bzw. dem Selbst.</p> <p>Zentral: Was ist/wo sitzt die Identität eines Menschen?</p> <p>Das „sich befreien/reinigen“ von Elementen, die die Selbstwahrnehmung einschränken ist zentral. Die Fähigkeit des Bewusstseins zurück zu treten, eigenständig zu sein und sich nicht von psychischen Prozessen erfassen und verwickeln zu lassen bedeutet Disidentifikation.</p>
Beziehung Therapeut/Begleiter – Klient	<p>Die therapeutische Beziehung wurde in vielen Studien als zentral wichtig für das Gelingen einer Psychotherapie herausgestellt. Hier stehen die PS-Spezifika der Beziehung im Vordergrund:</p> <p>Gleichwertigkeit, Lösungsorientiertheit, freischwebende Akzeptanz, Wertfreiheit und eine kooperative Haltung sowie tiefes Vertrauen in die selbstregulativen Kräfte im Klienten. Schwierigkeiten müssen ebenso akzeptierend angenommen werden wie Ressourcen. Definition Therapeut: „Der der vorher schon da war.“ Definition Klient: „der Kompass der Therapie.“ Mit seiner Innenwelt werden die Angebote des Therapeuten abgeglichen. Nur er weiß, was für ihn stimmt.</p>
Persönlichkeitsentwicklung/ Selbstverwirklichung	<p>Beschreibt das Erkennen und die Integration der eigenen Persönlichkeit mit all ihren Facetten. Die Erfahrung des höheren Selbst gehört dazu.</p> <p>Kernidee: Mensch ist Seele und hat Persönlichkeit. Die Persönlichkeit wird zur wirklich eigenen Persönlichkeit/Identität (dazu muss sie ihre maskenhafte Identifikation ablegen) und erfüllt ihre Funktion der Verbindung zwischen Innen und Außen. Steht die Persönlichkeit im Dienste der Seele oder inszeniert sie einen guten Eindruck?</p>
Teilpersönlichkeiten (TP)	<p>Die Arbeit mit TPen ist eine zentrale Methode der PS, um psychische Energiekreisläufe für das Bewusstsein zu erschließen.</p> <p>Sie repräsentieren verschiedene psychische Kräfte, die in ihrer Summe das gesamte psychische Spektrum von destruktiv verzerrt bis hin zu kreativ strahlend abbilden. Sie ermöglichen den inneren Dialog und machen innere Dynamiken sichtbar. Arbeit mit ihnen ist ein 5-stufiger Prozess durch: Erkennen, Akzeptieren, Koordinieren, Integrieren und Synthese. Dadurch steigt sie auf in eine an das Bewusstsein angebundene Form/Gestalt. Sie sind personifizierte seelische Energien. Dynamisch, „nur“ Momentaufnahme. Personifizierte bzw. objektivierte Ausgabe der aktuellen Haltung des Bewusstseins gegenüber der betreffenden Energie/des Energiekreislaufs. Diese Energie kann sich in mehreren TPen abbilden, auch gleichzeitig. Im Laufe der Arbeit zeigt sich dann zunehmend ihr Potential. Unterscheidung von Zerrformen und Klarheit/gelöster Energie. Diese zeigt sich kooperativer, weniger destruktiv. Das Potential kann hinein verwunschen sein in eine düstere Gestalt. Das Erkennen und Umsetzen der unbewussten Bedürfnisse dieser Energiekreisläufe wandeln sie um. Destruktive, verzerrte Energien zeigen sich in schwierigen Gestalten (Bsp. King Kong, wilde Tiere, etc.). Ressourcen- TPen zeigen sich entsprechend anders.</p>
Achtsamkeit	<p>Beschreibt den Zustand der Identifikation mit dem Beobachter bzw. einer Veränderung des Bewusstseinszustandes und die damit einher gehende Sensibilisierung für Bewusstseinsinhalte. Sie ist von zentraler Bedeutung, weil aus ihr heraus die innere Realität erfahren wird. [Erstaunlicherweise hat keine ExpertIn sie in der Befragung erwähnt]. Die Erfahrung in Achtsamkeit(stechniken) auf Seiten des Klienten hilft bei den PS-Techniken und ist beim Therapeuten notwendig.</p>
Unterscheidung von Bewusstheit und Bewusstseinsinhalt	<p>Gemeint ist die Unterscheidung zwischen Beobachter und Prozess bzw. Bewusstsein und psychischem Inhalt. Die Qualität des Gewahrseins als solche steht im Zentrum dieses Konstrukts. Selbst wenn es vielleicht noch nicht verwirklicht werden kann, kann es als vereinigendes Prinzip, als aktives Zentrum erkannt und verstanden, sofort erlebt und auch eingeübt/trainiert werden. Sobald das Bewusstsein erwacht bzw. Bewusstheit entsteht, kann sich das gesamte System neu organisieren und eine authentische Haltung zu den Bewusstseinsinhalten einnehmen.</p> <p>Starke Identifikation mit Bewusstseinsinhalten spricht für das Bedürfnis nach Stabilität und Sicherheit und muss gewürdigt werden.</p>

<p>Der Wille</p> <p>Lieben und Wollen</p>	<p>Zunächst ist der personale vom transpersonalen Willen zu unterscheiden. Die Schulung des Willens gehört dazu und findet ebenfalls unter Berücksichtigung dieser Trennung statt. Nach Assagioli sind die Schritte von einer Tendenz über die motivationale Lage bis hin zur Handlung (seine Theorie vom Impuls bis zur Handlung) wichtig zu berücksichtigen. Der Wille ist eine zentrale Ich-Funktion. Es geht um die Realisierung von Absichten. Die Erkenntnisse der ‚inneren Arbeit‘ in die Umsetzung zu bringen und in die Verantwortung des Willens zu übertragen beschreibt den Prozess der Disidentifikation des Willens mit vorhergehenden „Besetzungen.“ Der Wille manifestiert, was das Ich als Wirklichkeit erkennt. Er ist das Umsetzungsinstrument. Was tief in der Identität erkannt wird, muss heraus in die Welt.</p> <p>Echter (eigener) Wille schafft Identität. Klare Abgrenzung zu Zwang und Drang.</p> <p>Lieben und Wollen werden als polare Prinzipien der Psyche beschrieben. Wollen steht im Dienste der Manifestation während die Liebe im Dienste des Lebens/der Evolution steht. Enger Zusammenhang zwischen Liebe und Entwicklung. Liebe als Prinzip des sich Verbindens. Liebe als Archetyp für wachsende Menschen – sich verbinden, um zu wachsen. Ab der 3. Stufe (nach Assagioli der „gute Wille“) steht der Willen im Dienste der Liebe. Im transpersonalen Willen verschmelzen beide Prinzipien im Dienste der gleichen Sache. Es geht um die Realisierung von Visionen und das Wirken in der Welt.</p>
<p>Ziele</p>	<p>Sind im systematischen Vorgehen nach Assagioli zentral. Ihm nach braucht der Mensch ein Ideal(bild) nach dem er strebt. Sie stehen in Verbindung zum Willen weil dieser ein Ziel braucht. Wiederum zu differenzieren sind hier personale und transpersonale Ziele.</p> <p>Übersetzung nach Harald: Ziele als von innen erspürte Bilder oder Richtungen nach denen man sich ausrichtet. Der Wille erkennt die inneren Signale und macht sie zum angestrebten Ziel.</p>
<p>Bereiche des Unbewussten (Höheres, Mittleres, Tieferes)</p>	<p>Auf der Landkarte des PS-Eis sind diese Bereiche deutlich unterscheidbar. Inhalte (z.B. TPen oder Komplexe) können durch sie hindurch diffundieren und bewusst werden. Unterschiedliche Phänomene sind für den jeweiligen Bereich eher typisch oder untypisch. Bsp: Tieferes UB: Aggression, Trieb. Mittleres UB: Bewusstseinsfähige Inhalte, z.B. Erinnerungen. Höheres UB: Spiritualität, Transzendenz, kreative Prozesse.</p>
<p>Ganz-Werdung als natürliches Bedürfnis/fortschreitendes Erwachen</p>	<p>Beschreibt den Prozess der Selbst-Verwirklichung/Individuation als innerstes Bedürfnis jedes Menschen. Zitat nach C.G. Jung: „Lieber ganz sein als gut.“ Finden/Erkennen/Akzeptieren der Komplexität der Innenwelt. Man wird mehr und mehr zu dem im Inneren angelegten Potential.</p>
<p>Klienten in die Ermächtigung bringen sich selbst zu helfen</p>	<p>Beschreibt den Anspruch der PS Techniken zu vermitteln, die alltagstauglich sind und den Klienten unabhängig vom Therapeuten machen. Der Klient sollte befähigt werden seinen Weg Richtung Selbst-Verwirklichung eigenständig weiter zu gehen indem durch die PS seine selbstregulative Bewusstheit gestärkt wird.</p>
<p>Das Bewusstseinsmodell der PS Das PS-Ei</p>	<div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 20px;"> <ol style="list-style-type: none"> 1 - Tieferes Unbewusstes 2 - Mittleres Unbewusstes 3 - Höheres Unbewusstes 4 - Bewusstseinsfeld 5 - Ich, personales Selbst 6 - Transpersonales (Höheres) Selbst 7 - Kollektiv Unbewusstes </div> </div>
<p>Komplexe Vielfalt und das Streben nach Einheit</p>	<p>Beschreibt die Vielzahl an Strömungen/Polaritäten innerhalb eines Menschen die sich nach Vereinigung bzw. Synthese sehnen. Die Metapher des liebevollen Königs der seine vielschichtige Gefolgschaft leitet gehört hier hin. Assagioli sagt: „Die Teile mit dem Ganzen in Beziehung setzen.“</p>
<p>Die Transformation von Problemfeldern</p>	<p>Beschreibt die Auffassung der PS, dass es nichts gibt, das zu bekämpfen oder auszuschließen wäre. Alles kann transformiert und als wertvolles Bedürfnis bzw. Kompetenz erschlossen werden. Dazu gehört auch das Anerkennen aggressiver und (scheinbar) destruktiver Anteile. Von der Verzerrung zum Potential. Sämtliche Symptome können unter dieser Perspektive als wertvolle Signale verstanden werden.</p>
<p>Komplexe</p>	<p>Stammen aus dem psychoanalytischen Vokabular und beschreiben Problemfelder der Persönlichkeit. In der PS beschreiben sie ein intelligentes System psychischer Energie, das abgespalten vom Bewusstsein agiert. Komplexe stehen in Zusammenhang mit TPen, weil sie über diese Methode ans Bewusstsein angeschlossen und gehoben werden können.</p>