
Psykosyntes
Akademin

Pedagogiskt ramverk

Principer och riktlinjer

2025-01-22

Inledning	2
1. Transformativt lärande	3
2. En integrativ syn och syntes i teori och praktik	4
3. En helhetssyn på människan	5
4. Gruppens roll i lärandet	6
5. Livslångt lärande och engagemang i världen	7
Grundformat för undervisning	8
Slutsats	8
Bilaga: grundläggande modeller	9

Inledning

Psykosyntesakademin finns till för att utveckla och sprida psykosyntesen genom utbildningar, terapi, forskning och förlagsverksamhet. Utbildningar i psykosyntes är verksamhetens kärna.

Psykosyntesen är en modell som bygger på idén att allt kan utvecklas, även våra egna teorier och metoder. När det finns möjlighet att höja kvaliteten på vår verksamhet ytterligare, ska vi göra det.

Pedagogik kan beskrivas som den vetenskap som studerar lärandeprocesser och undervisningsmetoder. John Dewey, Jean Piaget och Lev Vygotsky är några av de mest inflytelserika tänkarna inom området, där Dewey betonade lärande genom erfarenhet och Piaget fokuserade på kognitiv utveckling. Pedagogikens mål är att förstå och förbättra undervisningsmetoder och utbildningssystem för att maximera lärandet.

Vår pedagogik vilar på att främja både akademiskt lärande och personlig och själslig utveckling. Vi erkänner och stödjer varje individs unika behov och potential och strävar efter att skapa en lärandemiljö som öppnar för transformation i flera dimensioner.

Psykosyntesakademins pedagogik ska vara särskiljande jämfört med andra liknande utbildningar. Här samlar vi de principer och riktlinjer som tillsammans med vårt etiska ramverk och vår utbildningsplan skapar och styr vår unika utbildning och lärandemiljö.

1. Transformativt lärande

Vi ger själen en plats i nutidens psykologi.

Princip:

Vår pedagogik innebär att eleven skapar en personlig relation till varje ämne. Den direkt upplevda erfarenheten tillför en avgörande dimension till teoretisk kunskap. Ytterst syftar psykosyntesen till att förverkliga varje elevs inneboende potential.

Självreflektion och självkänedom är centralt för personlig och professionell utveckling. Ett centralt perspektiv är att individer har olika delar och aspekter inom sig med legitima behov som ibland kan stå emot varandra.

Lärande och utveckling innebär ofta att navigera genom osäkerhet och tvetydighet. Vi strävar efter att skapa en miljö där eleven kan känna sig trygg och få stöd i sin transformationsprocess. Psykologiskt växande sker genom att vidga toleransfönstret för vilka upplevelser vi kan bli medvetna om, förhålla oss till och integrera.

Eleven är aktiv deltagare i sitt eget lärande och personliga transformation. Vi tror att var och en bär ansvar för sin egen utveckling och därmed är lärande genom erfarenhet, självreflektion och kritiskt tänkande centralt i vår pedagogik.

Riktlinjer:

- Lärandet ska vara interaktivt och erfarenhetsbaserat. Läraren hjälper eleven att relatera teori till sin egen personliga process och, i våra yrkesutbildningar, till sin yrkesroll.
- Vi uppmärksammar spänningsfältet mellan obehag och lärande, och stödjer eleven i att navigera och växa genom dessa upplevelser av osäkerhet och tvetydighet.
- Vi stödjer eleven i att bli medveten om processen för transformation och att ha tillit till processens naturliga flöde.
- Undervisningen ska balansera teoretiska föreläsningar, arbete i grupp och praktiska övningar som engagerar flera sätt att förstå och uppleva, inklusive intellektuella, sensoriska, kreativa, intuitiva och emotionella dimensioner.
- Lärarens roll är att fungera som guide och facilitator snarare än en allvetande föreläsare.
- Lärare uppmuntras att dela egna erfarenheter när det kan stödja eleven i sin utvecklingsprocess.

- Elever uppmuntras att medvetandegöra, undersöka och utmana sina antaganden.
- Elever uppmuntras till självledarskap samt att ta ansvar för sitt eget lärande och välbefinnande.
- Elever uppmuntras att praktisera det de lär genom att förkroppsliga insikter och omsätta dem i handling.

2. En integrativ syn och syntes i teori och praktik

Fler dimensioner av psykologi.

Princip:

Psykosyntesen bygger på idén att allt kan utvecklas, inklusive våra egna teorier och metoder. Vi värdesätter öppenhet, kritiskt tänkande samt förmågan att utforska perspektiv bortom de vi själva håller.

Vi följer framstegen inom andra inriktningar inom psykologi, psykoterapi, coaching och mänsklig utveckling. De teorier, modeller och metoder vi använder utgår från bästa tillgängliga kunskap, forskning och beprövad erfarenhet. Vi är också uppdaterade i relation till omvärlden och vår samtid.

Vår pedagogik genomsyras av ett antal modeller inom psykosyntes, varav de viktigaste är:

- Äggdiagrammet (det ovala diagrammet) över människans medvetandenivåer
- Stjärndiagrammet över människans psykologiska funktioner
- Psykosyntesens fem dimensioner för integration
- Tvådimensionella tillväxtmodellen

En kort beskrivning av modellerna och referenser finns i bilaga.

Riktlinjer:

- Psykosyntes får aldrig presenteras på ett dogmatiskt sätt. Undervisningen ska uppmuntra till dialog och kritisk utvärdering och vi uppmuntras alla att använda uttrycket "Detta är inte sanningen" för att främja ödmjukhet, inkludering och öppenhet.
- Vi uppmuntrar en kultur där nyfikenhet, komplexitet, ovisshet och mångfald ses som värdefulla aspekter av lärandet.
- Vårt innehåll och våra metoder ska vara relevanta och uppdaterade, med tydliga referenser.

- Lärare förväntas vara uppdaterade inom relevanta närliggande teorier och diskurser och koppla dessa till undervisningen.
- Lärare förväntas söka nya perspektiv på sitt arbete och vara medvetna om sina egna antaganden och utvecklingsbehov.

3. En helhetssyn på människan

Vi arbetar med att skapa jämvikt i vår inre mångfald. Det sker genom syntes, snarare än kompromiss.

Princip:

Vi ser människan som en helhet av kropp, tanke, känsla och själ. Psykosyntesen har en integrativ syn vilket innebär att vi inkluderar en fysisk, en psykologisk, en existentiell, en transpersonell och en relationell dimension. Psykosyntesen betonar integration och balans mellan alla dessa aspekter (se modellen *psykosyntesens fem dimensioner för integration* i bilaga).

En förlängning av den relationella aspekten är att varje människa är en del av sin kontext, ett system i många nivåer. Grupp, relation och det direkta mötet mellan människor är grundpelare i vår undervisning, något vi ser som avgörande i en värld där våra liv alltmer levs genom indirekt kontakt, digitala möten och AI.

Ett utgångspunkt är att alla människor på något sätt använder sig av begripliga och rimliga psykologiska försvar som alla fyller sina funktioner i relation till vår livshistoria och som ofta begränsar oss i livet idag.

Samtidigt har psykosyntesen som yttersta utgångspunkt att alla människor har en oförstörbar inre essens, potentiella kvaliteter att utveckla och att vi är mer än våra sår och försvar.

Vi ser därför människan utifrån ett bifokalt seende med både djup och höjd – en psykologisk och en transpersonell dimension. Det betyder att vi ser både de djupaste svårigheter och sår och samtidigt den inneboende livs- och utvecklingskraften.

I vår undervisning strävar vi efter att se och hålla alla dessa perspektiv samtidigt.

Riktlinjer:

- Vår undervisning sker i det fysiska rummet, i alla fall det är möjligt och rimligt.
- Undervisningen ska främja utveckling i flera dimensioner; intellektuell, emotionell, fysisk, relationell, själslig, intuitiv och existentiell.
- Undervisningen ska främja elevens kontakt med sitt medvetna jag, sin vilja och sitt Själv samt ge utrymme för att utforska sin inre mångfald.
- Alla delar av personligheten ska respekteras och ges förståelse.
- Varje elev ska bemötas som en unik individ med en unik potential och med olika lärtilar.
- Vi uppmuntrar våra elever att bli utforskare av sin inre mångfald i alla psykosyntesens dimensioner.
- Vi uppmuntrar våra elever att anta utmaningar, uttrycka sin egen upplevelse och sätta gränser i sin utvecklingsprocess.
- Vi värnar om och respekterar individens rätt att säga ja eller nej

4. Gruppens roll i lärandet

Tillsammans stärker vi psykisk, existentiell och själslig hälsa

Princip:

Våra utbildningar sker i grupp, eftersom det ger större möjligheter till förståelse och utveckling. Tillsammans lär vi om, av och för oss själva, samtidigt som vi lär om, av och för andra. Gruppen fungerar som en spegel som ger kraftfulla möjligheter till ökad medvetenhet om sig själv och till ökad förståelse av relationer, grupper och system.

Gruppen har också en hållande funktion i utveckling och lärande, som ger möjlighet att arbeta djupare med gruppen som vittne. Vi ser även på gruppen som ett fält där summan av alla individer formar en större helhet, en gruppsjäl.

Riktlinjer:

- Lärare ska främja en trygg och inkluderande atmosfär där gruppen blir en bas för lärande och respektfullt experimenterande.
- Lärare uppmuntras att, oavsett ämne, även främja ökad medvetenhet om och förståelse för relationer, grupper och system.
- Vi uppmuntrar ett skifte i ethos från "makt över" till "makt med", där relationell etik och ömsesidighet betonas.

- Elever uppmuntras att i gruppen uttrycka sin sanning, sin upplevelse, i stunden och över tid.
- Elever uppmuntras att utveckla en medvetenhet om sin egen relation till, och agerande i, gruppen och om hur de påverkar och påverkas av andra.
- Elever uppmuntras att utforska andra perspektiv än de de själva håller och att acceptera nyanser, komplexitet och ovisshet.

5. Livslångt lärande och engagemang i världen

Vi siktar mot ett hållbart samhälle, där människan kan skapa ett gott liv.

Princip:

Lärande och personlig utveckling är en livslång resa, där vi ständigt rör oss mellan insikt, förkroppsligande och meningsfull handling. Vi ser varje individs utveckling som avgörande för att skapa positiva förändringar på alla nivåer – från nära relationer i grupper och familjer till det bredare samhället och vår gemensamma planet. Genom att erkänna och främja vår djupa sammanlänkning (interconnectedness) uppmuntrar vi en förståelse av att individens växande bidrar till helhetens välmående.

Vi inspirerar våra elever att ta med sitt lärande långt bortom utbildningens ramar, att väva in sina insikter i sina liv och att agera för livets bästa – för sig själva, för andra och för världen som helhet. Genom att stärka inre kapaciteter som medkänsla, självinsikt och motståndskraft ger vi dem verktyg att navigera komplexa utmaningar och att bidra till en hållbar och inkluderande framtid.

Riktlinjer:

- Vi främjar en kultur av nyfikenhet och ständigt lärande.
- Vi uppmuntrar eleverna att leva som de lär för livets bästa och att gå från personlig utveckling till syftestjänande handlingar.
- Vi erbjuder fortbildning och stöd för tidigare elever, bland annat i samarbete med Psykosyntesföreningen och internationella partners.
- Vi verkar för en levande gemenskap och mötesplats där vi kan dela erfarenheter, bygga relationer och samskapa i psykosyntesens anda.

Grundformat för undervisning

Frihet och trygghet inom form och struktur

Lärande är en dynamisk och skapande process. Vårt transpersonella förhållningssätt bjuder in kreativitet, utforskande och kontakt med inre visdom och potentiella kvaliteter, i en form som skapar trygghet. Vi har därför en grundläggande struktur som blir ett kännetecken för vår pedagogik.

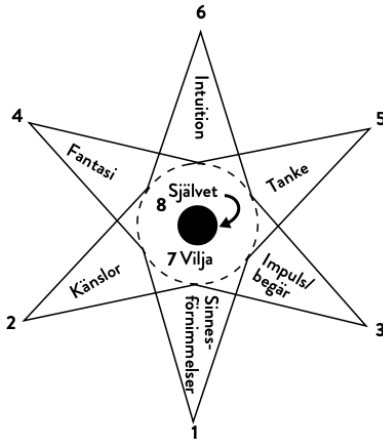
Varje utbildningsmodul ska innehålla:

1. En stunds stillhet för att främja närvaro och inre förankring
2. Presentation av modulens lärmål och struktur för att skapa tydlighet och trygghet
3. Incheckning eller delning så att allas röster blir hörda
4. En avslutning som kopplar till lärmålen för att underlätta integration
5. Skriftlig utvärdering som grund till vår egen utveckling

Slutsats

Psykosyntesakademins pedagogiska principer och riktlinjer syftar till att stärka och synliggöra vår unika, sammanhängande och stödjande lärmiljö, där varje individ kan genomgå en djupgående transformation, både akademiskt och personligt. Genom att följa dessa principer guidar vi våra elever mot att bli kompetenta, etiska och empatiska medmänniskor och yrkesutövare som lever och agerar i psykosyntesens anda. Vi strävar efter att, från insikt till förkroppsligande och handling, stödja våra elever i att leva det de lär och medvetet engagera sig i världen för livets bästa.

Stjärndiagrammet över människans psykologiska funktioner

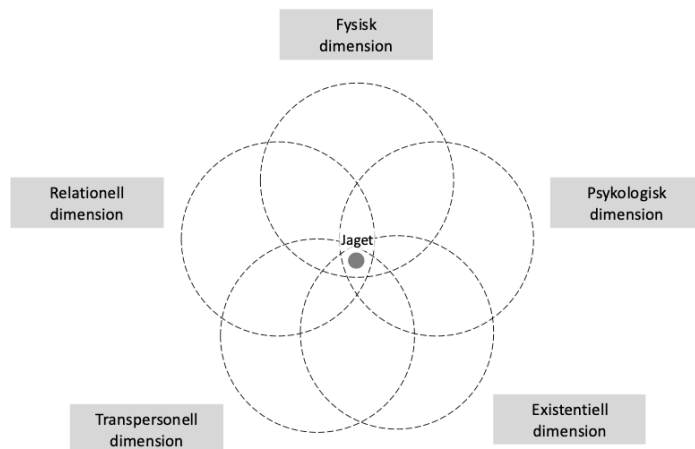


Assagioli talar i sin bok *Om viljan* om ”det plastiska omedvetna och det strukturerade eller betingade omedvetna. (Assagioli, 2023, s 58). Han menar att en stor del av det omedvetna inte är betingat och att det är just detta som stjärndiagrammet vill visa. Vi människor tar ständigt emot nya intryck, som agerar inom oss. Intrycken blir samverkande krafter. De stimulerar och manar fram andra krafter, vilket Assagioli skrivit om i sina psykologiska lagar. Precis som kroppen livnar sig på element utifrån (luft, ljus, vatten, mat), påverkas vårt omedvetna ständigt av upplevelser från den psykologiska miljön.

Det kraftfulla i denna dynamiska modell är att vi kan använda den i vår tjänst. Viljans centrala plats nära jaget ger den makt och möjlighet att påverka och reglera de psykologiska funktionerna. Det vill säga att ju mer vi ökar vår medvetenhet om de psykologiska funktioner vi har, ju mer kan vi rikta vår uppmärksamhet och styra våra val. Det finns en inneboende visdom i stjärndiagrammets alla funktioner.

Assagioli, R. (2023). *Psykosyntes – grundläggande principer och tekniker* (2 uppl.). Psykosyntesakademin, s.29
Lamb, A-M (red.). (2023). *Psykosyntes för livet*. Psykosyntesakademin, s.323-324

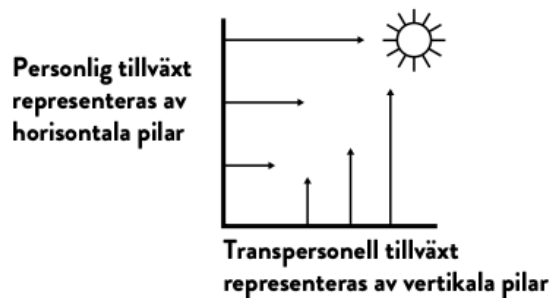
Psykosyntesens fem dimensioner för integration



Vi ser människan som en helhet av kropp, tanke, känsla och själ. Psykosyntesen har en integrativ syn vilket innebär att vi inkluderar en fysisk, en psykologisk, en existentiell, en transpersonell och en relationell dimension. Psykosyntesen betonar integration och balans mellan alla dessa aspekter. Den psykologiska instans kring vilken integration sker är *jaget*, med dess centrala placering i psyket (Bäckmo, 2022).

Bäckmo, P. (2022). *Psykosyntes – en introduktion till teori och metod*. Studentlitteratur

Tvådimensionella tillväxtmodellen



Inom psykosyntesen finns en grundsyn på människans växande, som inkluderar både en personlig tillväxt och en transpersonell tillväxt. Om man nonchalerar den ena eller andra dimensionen i sitt liv, uppstår till sist en obalans och ibland även en livskris. Man kan identifiera sig för mycket med sin personlighet och de prestationer och färdigheter som gett erkännande. Då kan frågor om livets mening och syfte uppstå. Man kan också identifiera sig för mycket med sin övermedvetna upplevelse, så att man till sist förlorar kontakten både med Självvetet och med livet i vardagen.

Man kan behöva ta hjälp med obalansen, så att båda tillväxtdimensionerna får tillmätas betydelse. När båda dimensionerna har integrerats i livet "utmärks tillvaron av minst fyra identifierbara företeelser: (1) förmågan att ta ansvar och välja, både i stunden och i livet på lång sikt, (2) en sann preferens för att leva i enlighet med sitt syfte och betrakta aspekter av livet som distraherar eller står i kontakt med syftet som mindre värdefulla, (3) förmågan att acceptera begränsningarna i sitt liv och ansvar och en villighet att finnas till i världen sådan den är, (4) en känsla av att ha ett öde, en mening i att leva, ett övergripande syfte." (Young Brown, 2005 s 52) Denna grundsyn genomsyrar allt utvecklingsarbete som bygger på psykosyntes.

Lamb, A-M (red.). (2023). *Psykosyntes för livet*. Psykosyntesakademin, s.329-330
Young Brown, M. (2005). *Det utvecklande självet*. Mareld