

## Integrál Pszichológia



# Az egyének és a szervezetek fejlődése a Wilberri modell mentén

II. Wellbeing Konferencia Sárvár

Előadó: Faragó István

## **Pszichológiai Irányzatok Ismeretei**

- Nyugat (tér)–
- Modern, Posztmodern (idő)
- Tudomány

**Pszichoterapeuta**  
**Pszichológus**  
**Pszichiáter**  
**Alternatív lelki segítők**



## **Spirituális Tanok Ismeretei**

- Kelet, D, É (tér)
- Ősi, premodern (idő)
- Spiritualitás

**Guru**  
**Spirituális tanító**



**Integrált szemlélet**  
(teljes spektrumú emberkép)

# Életrajz dióhéjban

Ken Wilbert a hatvanas években az akkoriban a transzperszonális pszichológia legjelentősebb képviselőjeként tartották számon, azonban túlnőtt a keretein, és létrehozta saját ún. „integrál pszichológiát”.

Jelenleg az Egyesült Államokbeli Boulderben, Colorado államban él, ahol pezsgő szellemi műhely alakult ki körülötte, és az „Integrál Elmélet” lényegében egy új irányzattá formálódott. Ennek intézményeként Wilber 1998-ban megalapította az integrál tan elterjesztését, részletes kidolgozását, és gyakorlatba ültető célzó nonprofit Integrál Intézetet.



## A pszichológiai irányzatok – összefoglaló

### Eredete



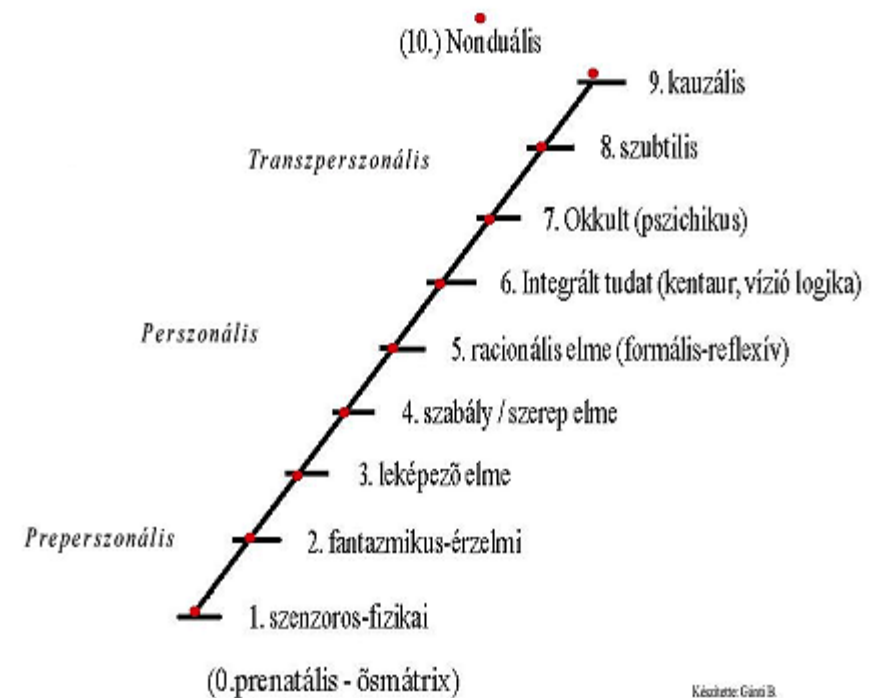
### Nagy, fő pszichológiai (és pszichoterápiás) irányzatok:

1. **Mélylélektani irányzatok:**
  - a) **Pszichoanalízis** és neoanalízis (Freud és utódai)
  - b) **Analitikus pszichológia** (Jung)
  - c) **Individuálpszichológia** (Adler)
2. **Behaviorizmus = viselkedéslélektan, és viselkedésterápia** (Watson, Skinner, Pavlov)
3. **Kognitív pszichológia és pszichoterápia** (Beck, Ellis)
4. **Humanisztikus pszichológia és személyközpontú pszichoterápia** (Rogers, Maslow)
5. **Transzperszonális pszichológia** (Grof, Walsh, Vaughan, Tart, Wilber)
6. **Integrál pszichológia** (Wilber)

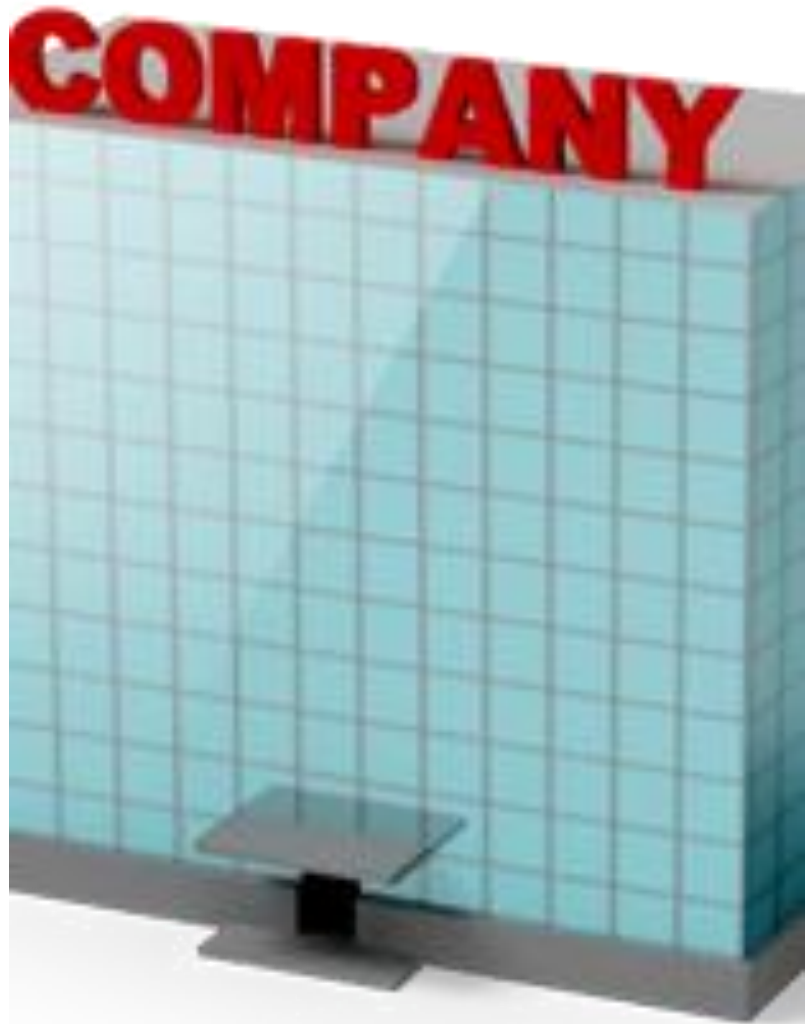
### Egyéb pszichológiai (és pszichoterápiás) módszerek:

- Hipnózis (hipnoterápia)
- Relaxáció- és szimbólumterápia
- KIP = Leuner-módszer
- Ericksoni hipnózis
- Családterápia
- Rendszerszemléletű családterápia
- Tranzakcióanalízis (TA)
- Gestalt-terápia és csoport
- NLP
- Pszichodráma
- Mozgás-, zene- és táncterápia
- Hellinger-féle családállítás

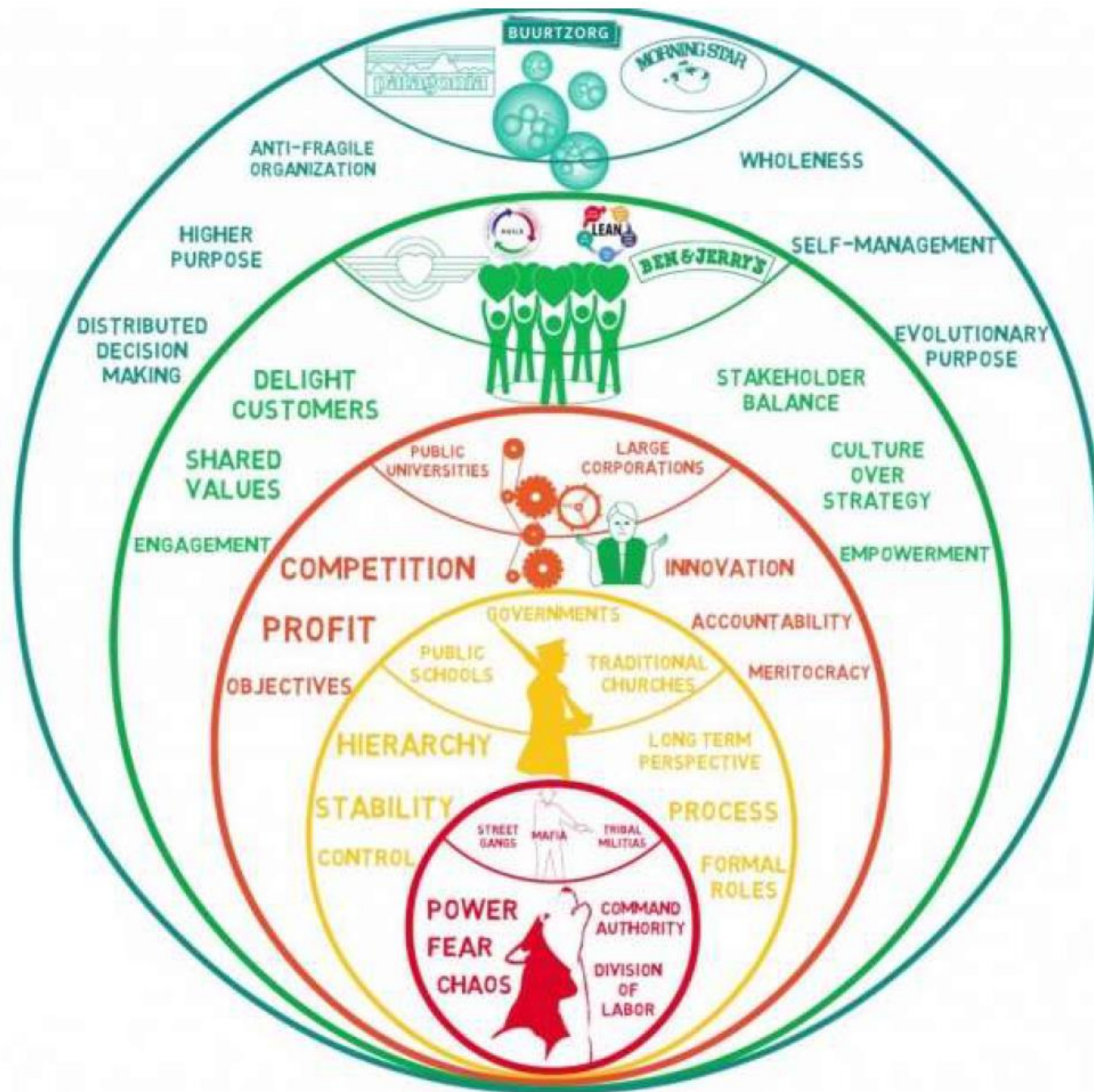
### A tudatfejlődés szintjei



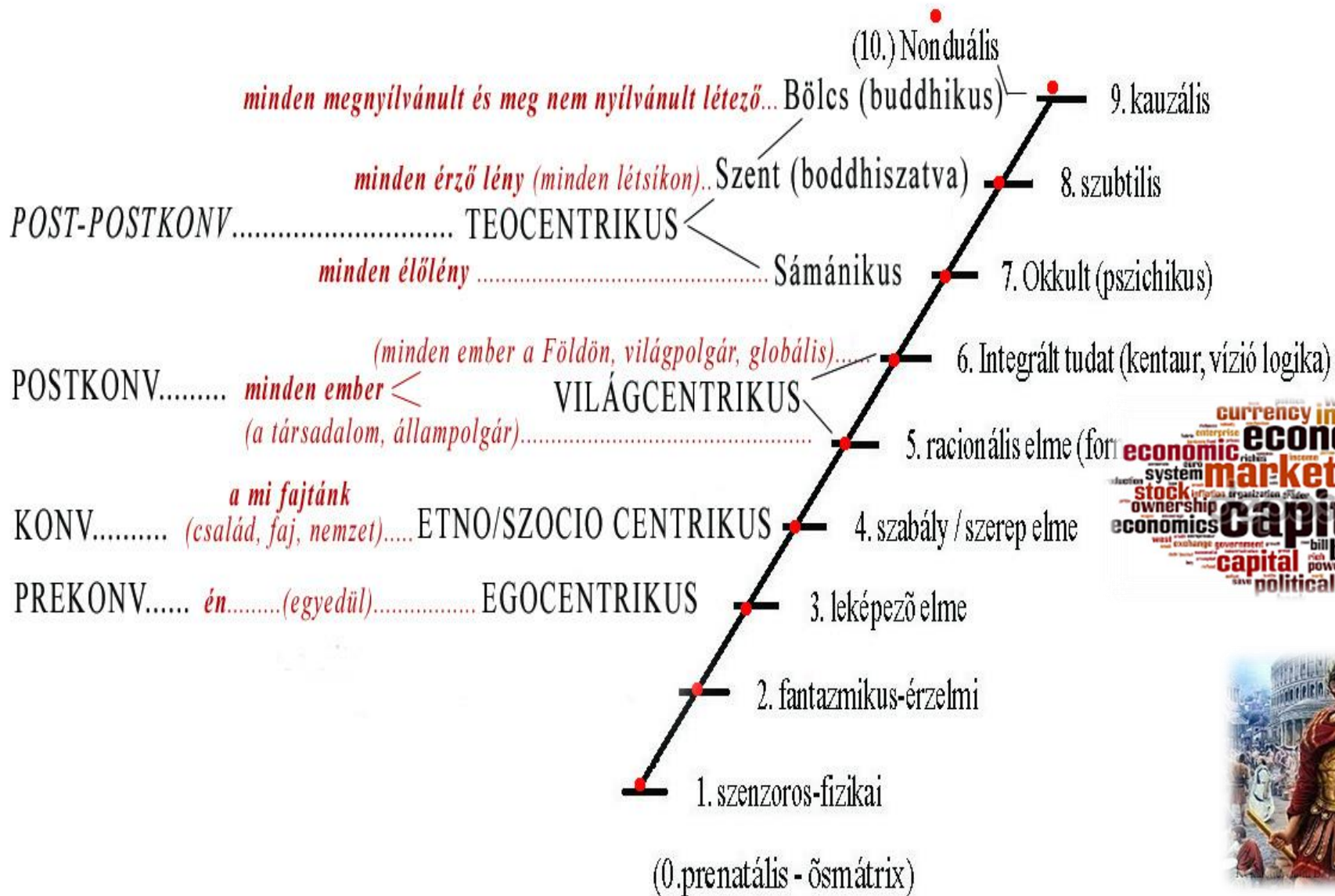
6. ábra. A tudatfejlődés szintjei.







# A tudatfejlődés szintjei, és a MORALITÁS





**W 5:** Racionális Elme  
Érték – Siker – Profit  
Önérvényesítés – rivalizáció  
Nincs tudatos önismeret



ÖNMEGVALÓSÍTÁS – KÜLDETÉSBEN LEVÉS

**W 4:** Valahova tartozás  
Káoszról a rend > BIZTONSÁG  
Vezetői autoritás  
Feladat végrehajtás



NINCS ÖNÁLLÓ GONDOLAT

**Wilber 3:** Erő, gyorsan reagál, impulzív  
Büntetés, félelemkeltés  
Agresszió kifelé-befelé



NINCS BIZTONSÁG > STRUKTÚRA

**Késői W 6:** Integráció – Áramlás  
Spiritualitás felé való nyitás  
Az élet értelmének a keresése  
Tudatos önként vállalt önismeret



AZ ÉLET ÉRTELMÉNEK A KUTATÁSA

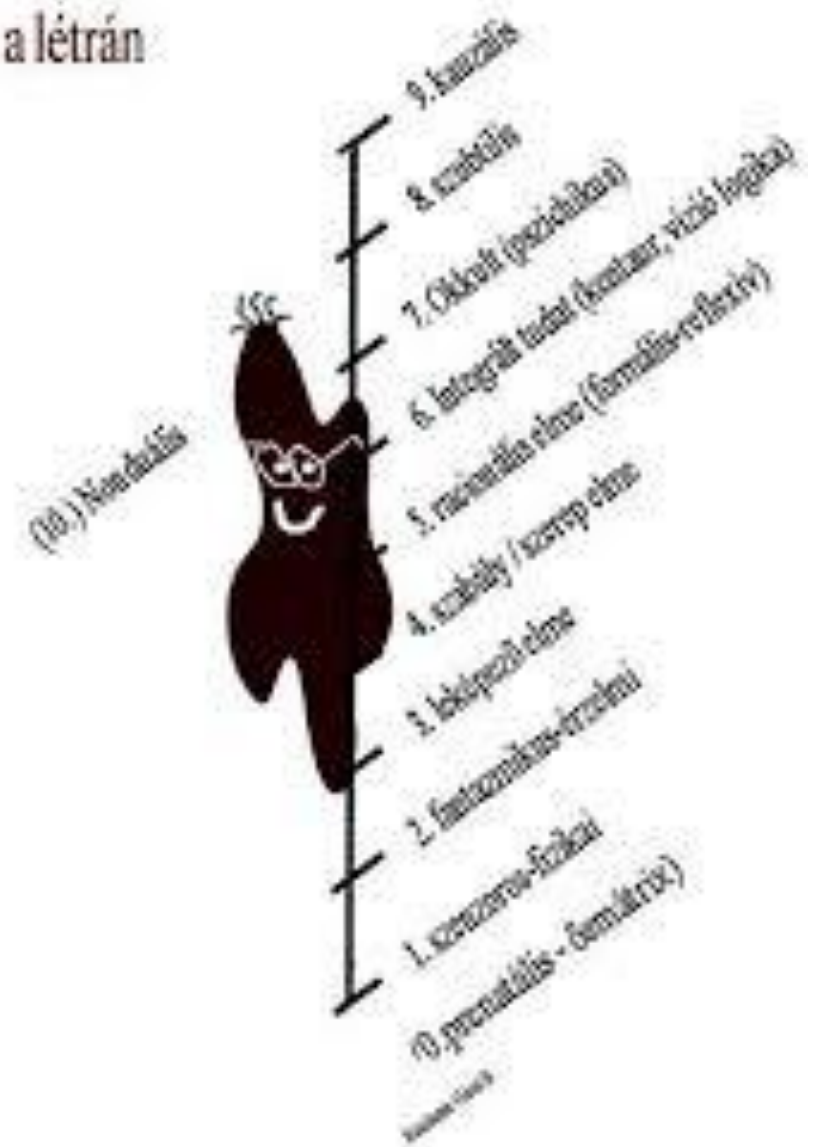
**Korai W 6:** Érték a közösség – ventilálás  
Senki ne legyen vezető  
Etika fontossága  
Vezető felhatalmaz – Szolgál  
Igény az önismeretre

ABORRÁLT ÖNMEGVALÓSÍTÁS





## Szellem a létrán





Köszönöm a  
figyelmet!