

COLECȚIA „ANIM”

Colecție și carte apărută sub îngrijirea Prof. Dr. Iolanda Mitrofan

Iolanda Mitrofan

TERAPIA UNIFICĂRII

(Abordare holistică a dezvoltării și a transformării umane)

**Vol. I. DRAMATERAPIA sau ARTA
JOCULUI DE - A TRANSFORMAREA**



**Editura SPER
Colecția „ANIM”, Nr. 3
București, 2004**

Cartea a apărut sub egida
Societății de Psihoterapie Experiențială Română

Editura SPER

ISBN 973-8383-08-0

Toate drepturile sunt rezervate autorului.

Nici o parte a lucrării nu poate fi copiată, tradusă sau reprodusă în orice fel fără acordul scris al autorului.

Această lucrare a apărut cu sprijin financiar din partea C.N.C.S.I.S.
(Proiectul: „Consilere și Psihoterapie Experiențială”)

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

MITROFAN, IOLANDA

TERAPIA UNIFICĂRII (Abordare holistică a dezvoltării și
a transformării umane) / Mitrofan Iolanda. - București:

Editura SPER, 2004

Bibliogr.

ISBN 973-8383-08-0

615.851

Difuzare – Editura SPER

B-dul Chișinău 12, Sector 2, București

Tel/Fax 021.314.89.72, 021.335.84.42

E-mail: nmitrofan@hotmail.com

Tehnoredactare: Adrian Luca

Coperta: Cătălin Andrei

Ilustrații: Mădălina Cîmpeanu Ștefănescu

*Soțului și fiului meu
Care au adus repere, sens și împlinire
libertății mele de a fi.*

Deopotrivă, celor care

*m-au în-ființat și re-înființat,
învățat și dezvățat,
confirmat și contestat,
acceptat și respins,
recunoscut și blamat,
respectat și disprețuit,
sprijinit și sabotat,
iubit și urât,
încredințat și trădat,
iertat și neiertat,*

*dar mai ales Celor ce știu să se minuneze,
iubind definitiv Copacii,
oriunde s-ar afla.*

10 februarie 2004



Iolanda Mitrofan este psihoterapeut și formator de orientare umanistă, profesor dr. și coordonator de stagii masterale și doctorale, la Universitatea București, Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Coordonator științific al Centrului Universitar de Dezvoltare Personală, Consiliere și Psihoterapie Experiențială și Președinte al Societății de Psihoterapie Experiențială din România (SPER). Din 1997 este Director fondator al Revistei de Psihoterapie Experiențială. A publicat 18 cărți, a contribuit în calitate de coautor la alte 27 de volume și a scris peste 120 de articole și studii științifice în domeniul psihoterapiei adultului și a copilului, psihologiei cuplului și familiei, inițiind mișcarea experiențială de analiză și dezvoltare personală în și prin grup, în România.

CUPRINS

Capitolul I	11
Arta Jocului de-a Transformarea (Introducere în Psihologia și Terapia Unificării)	11
• Roluri și defazaje în axa Timpului. Despre Prezentul autocreator	11
• Către o teorie alternativă a dezvoltării personalității. Câteva premise conceptuale ale Terapiei Unificării	22
• Câte ceva despre modelul „ghemului” perpetuu în funcționarea psihicului uman	23
• Despre Spațiul Transformator Ego-Sine (STES) – repere și softuri	24
• Planuri sincrone de evoluție și transformare personală	40
• Meditația și metafora revelatoare – două chei ale autotransformării ...	44
• Constelația funcțională a „minții creatoare” – de la repere la softuri	47
• Schimbarea – singura permanență a psihicului uman	55
• Către un nou mod de a profesa psihologia și terapia. Accesarea „minții creatoare” holistic, în cheie simbolică multiplă	59
• Către o redefinire a conceptelor (lucru în care deși cred cel mai puțin, îl consider totuși necesar aici)	63
• Mecanismele schimbării – reconversii, reciclări, repolarizări. Despre roluri de bază și derivate, „ghizi” și „chiriași” interiori	65
• Consonanțe spirituale creștine și integrare cosmică	69
• Etapele metodologice ale procesului terapeutic în Terapia Unificării ...	77
• Mică pledoarie pentru „Întâlnirile fundamentale”	79
Capitolul II	81
Dramaterapia ca parte integrantă a procesului unificator (individual și grupal)	81
• Câteva premise, autodezvăluiri, lămuriri de intenție și opțiune teoretico-metodologică	81
• Câteva detalii „tehnice” în improvizația dramaterapeutică. Cum, ce și în ce scop?	85

• Câte ceva depre obiectivele terapeutice și „tehnologia psihotransformațională” a dramaterapiei	88
• De ce procedez astfel? Concepte, specific, intenții, resorturi și efecte ale dramaterapiei	91
• De la rol și recuzită, la schimbarea perspectivei față de Sine. Pe drumul lung al Unificării instantanee	92
• Dramaterapia – o cale de formare a psihoterapeutului	99
Capitolul III	101
„Exilul” – un scenariu dintr-un ciclu al cunoașterii de sine	101
• Te invit să experimentezi... ..	101
• Actul 1. Cine sunt eroii? Roluri polare (asumate și respinse), contaminate și confuze	105
• Actul 2. Interacțiunea	119
• Actul 3. Unificarea și restructurarea	133
• Actul 4. Autoanaliza, resemnificarea și integrarea experienței	144
Capitolul IV	155
„Dansul Elementelor Fundamentale”. Dramaterapie centrată pe matricea ontologică arhetipală (Foc-Pământ, Aer-Apă). Analiză de simbol în manieră holistică	155
• Actul 1. Provocarea simbolică. Meditație creatoare dinamică (travaliu nonverbal de grup)	156
• Actul 2. Experimentarea „Stării de Martor”. Travaliu analitic în grup, centrat pe consonanțe simbolice	161
• Actul 3. Contactul cu necunoscutul sau cu cel diferit de noi. Provocarea sau agentul perturbator (De la dramaterapie nonverbală la dinamica verbală de grup)	165
• Actul 4. Focus analitic experiențial. Acord final	171
• Actul 5. Repere în analiza de simbol (Premise pentru o teorie alternativă, holistică, a dezvoltării personale centrate pe Unificare)	204

Capitolul V	223
„Născuți și nenăscuți” sau „Podul dintre lumi”. O dramaterapie existențială centrată pe unificarea polarităților, din perspectivă transgenerațională	223
• Provocarea (ghid de instructaj pentru uzul terapeutului în formare)	224
• Despre relația fuzională, dependență și frica de a fi exclus. „A lua forma vasului este ca și cum nu ți-ai aparține”. Blocajul maturității emoționale sau refuzul individuării	225
• „Mi-am greșit... mama” sau despre maternitatea neintegrată	229
• O soră „perfectă” sub povara unui frate „ratat”	232
• Maternitatea sau „puterea de a da putere vieții” cuiva	235
• Nenăscutul din pântecul virtual sau „afacerea nefinalizată” a Ioanei – Tricoul-Marsupiu	238
• O sarcină secretă sau o inimă care nu se face auzită	246
Capitolul VI	255
„Salvarea Planetei”. Un scenariu dramaterapeutic centrat pe criza existențială colectivă. Despre conștientizare de sine, participare și responsabilitate în experiențele limită	255
• Provocarea (Instructaj pentru uzul terapeutului suficient de curios pentru a experimenta)	256
• Un proiect colectiv – negociere, dinamică de grup și autoanaliză	258
• O nouă provocare – paradoxul dramaterapeutic	264
• În loc de concluzii	280
 PREFAȚĂ LA VOL. II din T.U. care nu s-a scris încă	281
• Măști, confuzii, întâlniri, realități	281
 BIBLIOGRAFIE SUMARĂ	283