

UČNI NAČRT PREDMETA / COURSE SYLLABUS

Predmet: Psihoterapija in duhovnost
Course title: Psychotherapy and Spirituality

| Študijski program in stopnja Study programme and level | Študijska smer Study field | Letnik Academic year | Semester Semester |
|---|-------------------------------|-------------------------|----------------------|
| Psihosocialna pomoč, magistrski | / | 1., 2. | 2., 4. |
| Psychosocial counseling, master | / | 1st, 2nd | 2nd, 4th |

Vrsta predmeta / Course type

Izbirni / Elective

Univerzitetna koda predmeta / University course code:

| Predavanja Lectures | Seminar Seminar | Vaje Tutorial | Klinične vaje work | Druge oblike študija | Samost. delo Individ. work | ECTS |
|------------------------|--------------------|------------------|-----------------------|-------------------------|----------------------------------|------|
| 30 | | 15 | | | 105 | 5 |

Nosilec predmeta / Lecturer:

Doc.dr.Sebastjan Kristovič

**Jeziki /
Languages:**

**Predavanja /
Lectures:** Slovensko / Slovenian, Angleško / English

Vaje / Tutorial: Slovensko / Slovenian, Angleško / English

Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:

Pogoj za vključitev v delo je vpis v 1. letnik študija.

Prerequisites:

Prerequisite for the subject is the enrollment in the 1st year of master study.

Vsebina:

Content (Syllabus outline):

- Duhovnost in psihoterapija
- Meditacija in psihoterapija
- Nevrobiologija zavesti
- Metode za doseganje posebnih stanj zavesti
- Uporaba tradicionalnih metod samospoznavanja (joga, meditacija) za preprečevanje izgorelosti psihoterapevta
- Integracija psihoterapije in tradicionalnih metod samospoznavanja v psihoterapiji pri delu s specifičnimi motnjami in problemi klientov (čustvene motnje, osebnostne motnje, odvisnosti)

- Spirituality and Psychotherapy
- Meditation and Psychotherapy
- Neurobiology of consciousness
- Methods for achieving specific states of consciousness
- The use of traditional methods of self-discovery (yoga, meditation) to prevent therapist burnout
- The integration of psychotherapy and traditional methods of self-discovery in psychotherapeutic work with specific disorders and problems of clients (emotional disorders, personality disorders, addictions)

Temeljni literatura in viri / Readings:

Almond, C. P. (1982). *Mystical Experience and Religious Doctrine*. New York: Mouton Publishers.

Gendlin, E. T. (1996). *Focusing-oriented psychotherapy*. New York, London: Guilford Press.

Germer, C., Siegel, R., & Fulton, P. (2005). *Mindfulness and Psychotherapy*. New York: Guilford Press

Grepmaier, L., Mitterlehner, F., Loew, T., Bachler, E., Rother, W. & Nickel, M. (2007). Promoting Mindfulness in Psychotherapists in Training Influences the Treatment Results of Their Patients: A Randomized, DoubleBlind, Controlled Study. *Psychotherapy Psychosomatic*, 76:332-338.

Huxley, A. (1972). *Visionary Experience*. Ur. White, J., *The Highest State of Consciousness* (34-57). New York: Anchor Books.

Huxley, A. (1993). *Vrata zaznavanja. Nebesa in pekel*. Ljubljana: Studia Humanitatis.

Jakobi, J. (1993). *Jungov put individuacije*. Skopje: Olja Ivanovska.

James, W. (1990). *Raznolikosti religioznog iskustva*. Zagreb: Naprijed.

Kobal, L. (1999). Okoliščine, sprožilci, značilnosti in bazične dimenzije doživljanja posebnih stanj zavesti. *Anthropos* 31, 4-6, 49-67.

O' Hanlon B. (2006). *Pathways to spirituality*. New York, London: W. W. Norton & Company.

Šugman, B. L. (1996). *Pojmovanje zavesti in zaznave v jeziku kibernetike II. reda*. *Psihološka obzorja*, 5(4), 61- 71.

Cilji in kompetence:

Študenti nadgrajujejo razumevanje koncepta duhovnosti in zavesti v odnosu do psihoterapije in se usmerjajo v raziskovanje duhovnosti v psihoterapiji. Nadgrajujejo učenje praks, ki večajo samozavedanje in čuječnost psihoterapevta v dialogu in delujejo kot preventiva pri izgorelosti.

Učna enota prispeva k razvoju naslednjih

Objectives and competences:

Students build an understanding of the concept of spirituality and consciousness in relation to psychotherapy and they focus on the exploration of spirituality in psychotherapy. Students learn practices that increase self-awareness and mindfulness of a psychotherapist in a dialogue and act as prevention for burnout.

splošnih in predmetnospecifičnih kompetenc:

- poznavanje in razumevanje osnovnih konceptov in metod, seznanjenost z duhovnostjo in novostmi na področju psihoterapije
- sposobnost uvida v lastne procese notranjega doživljanja
- sposobnost uporabe znanja v praksi in reševanja problemov
- etična refleksija in zavezanost profesionalni etiki
- prepoznavanje prednosti in pomanjkljivosti kulture, rase, spola, seksualnih orientacij za psihosocialno svetovalno delo
- sposobnost raziskovanja in refleksije svoje osebne vpletenosti v postopke psihosocialnega svetovanja, v katerih sodelujejo.

Learning unit contributes to the development of generic and subject specific competences:

- Understanding of basic concepts and methods, familiarity with spirituality and innovations in the field of psychotherapy
- The ability of insight into their own processes of inner experience
- The ability to apply knowledge in practice and to solve problems
- Ethical reflection and commitment to professional ethics
- Identify the advantages and disadvantages of culture, race, gender, sexual orientation for psychosocial counseling work
- The ability to research and to reflect on their personal involvement in the processes of psychosocial counseling.

Predvideni študijski rezultati:

Študenti:

- razvijejo razumevanje zavesti na osnovi sodobnih nevroznanstvenih odkritij
- spoznajo modele samospoznavanja in jih kritično reflektirajo iz vidika psihoterapije in zahodne kulture
- kritično reflektirajo odnos med psihoterapijo in duhovnostjo in umestitev duhovnosti v psihoterapijo
- osvojijo različne veščine za razvijanje čuječnosti in samoopazovanja
- so sposobni uporabiti veščine za razvijanje čuječnosti in samoopazovanja za zmanjševanje občutka izgorelosti pri psihoterapevtskem delu
- razumejo pomen razvijanja sposobnosti za čuječnost in samoopazovanje v psihoterapevtskem kontekstu in v procesu večanja klientove avtonomije

Intended learning outcomes:

Students:

- Develop an understanding of consciousness on the basis of modern neuroscientific discoveries
- learn models of self-discovery and critically reflect on them from the perspective of psychotherapy and Western culture
- Critically reflect on the relationship between psychotherapy and spirituality and the position of spirituality in psychotherapy
- Acquire different skills to develop mindfulness and introspection
- Are able to use the skills to develop mindfulness and introspection to reduce the feeling of burnout in psychotherapeutic work
- Understand the importance of developing skills for self-observation and mindfulness in psychotherapeutic context and in the process of increasing a client's autonomy

Metode poučevanja in učenja:

- Predavanja z aktivno udeležbo študentov (razlaga, diskusija, vprašanja, male skupine);
- Eksperimentalne vaje, ki temeljijo na izkustvenem učenju (demonstracije, opazovanje, eksperimentiranje z opazovanimi metodami, povratna informacija, refleksija izkušenj)

Learning and teaching methods:

- Lectures with students' active participation (lecture, discussion, questions, small groups);
- Experimental exercises that are based on experiential learning (demonstrations, observation, experimentation with methods of observation, feedback, reflection on experience)

| Načini ocenjevanja: | Delež (v %) / Weight (in %) | Assessment: |
|---|--|--|
| Pisni izpit | 50 | Written examination |
| Seminarska naloga s poročili eksperimentalnih vaj ter predstavitev naloge | 50 | Seminar paper with reports from experimental exercises and presentation of the seminar paper |
| Ocenjevalna lestvica – skladno s Pravilnikom o preverjanju in ocenjevanju znanja. | | Grading is in accordance with the Faculty's evaluation Ordinance. |

Reference nosilca / Lecturer's references:

KRISTOVIČ, Sebastjan. Reševanje krize smisla sodobnega človeka : osnove logoterapije. Celje: Celjska Mohorjeva družba: Društvo Mohorjeva družba, 2014.

KRISTOVIČ, Sebastjan. Redukcionizem v humanističnih znanostih in bivanjska prikrajšanost. Raziskave in razprave, 2013, vol. 6, no. 1, str. 64-98.

KRISTOVIČ, Sebastjan. Bivanjska varnost in duhovnost z vidika logoterapije. Bogoslovni vestnik, [Tiskana izd.], 2013, letn. 73, št. 4, str. 625-637.

KRISTOVIČ, Sebastjan. Rigidnost duha in kapitulacija smisla : od regresije religije in nihilizma do svobodnjaštva in subjektivizma. Tretji dan, sep./okt. 2010, letn. 39, št. 7/8, str. 127-135.

KRISTOVIČ, Sebastjan. Logoterapevtski vidik pacientove varnosti. V: FILEJ, Bojana (ur.). Celostna obravnava pacienta - kako daleč smo še do cilja? : varnost kot strokovni, etični, pravni, družbeni in ekonomski vidik : zbornik prispevkov : mednarodna znanstvena konferenca = Holistic treatment of patients - how close are we to achieving our goal? : safety as a professional, ethical, legal, social and economic aspect : collection of scientific papers : international scientific conference, 25. in 26. oktober 2012. Novo mesto: Visokošolsko središče, Fakulteta za zdravstvene vede: = Higher Education Centre, Faculty of Health Sciences, 2013, str. 160-169.

KRISTOVIČ, Sebastjan. Eksistencialna kriza in bivanjski vakuum v interakciji z aktualno globalno problematiko. V: STARC, Jasmina (ur.). Izzivi globalizacije in družbeno-ekonomsko okolje EU : zbornik prispevkov : mednarodna znanstvena konferenca = Globalisation challenges and the

social-economic environment of the EU : collection of scientific papers : international scientific conference, 29. in 30. marec 2012, Novo mesto. Novo mesto: Fakulteta za poslovne in upravne vede: = Faculty of Business and Management Sciences: Visoka šola za upravljanje in poslovanje: = School of Business and Management, 2012, str. 313-318.