

INTERNATIONAL BODY PSYCHOTHERAPY JOURNAL

THE ART AND SCIENCE OF SOMATIC PRAXIS

INCORPORATING US ASSOCIATION FOR BODY PSYCHOTHERAPY JOURNAL

International Body Psychotherapy Journal The Art and Science of Somatic Praxis Volume 14,
Number 1, spring 2015 ISSN 2169-4745 Printing, ISSN 2168-1279 Online © Author and
USABP/EABP. Reprints and permissions secretariat@eabp.org

ABSTRACTS Translated in Greek by Eleni Stavroulaki

Reading and Evaluating Quantitative Research in Body Psychotherapy

Dr. Robyn Flaum Cruz, BC-DMT, LPC
Lesley University PhD in Expressive Therapies Program

&

Dr. Sabine C. Koch
SRH University Heidelberg, Dance Movement Therapy Program

Abstract

Many arguments have been made in the literature for why research is considered important for health practitioners. One of the most important has to do with the continuing growth of practitioners and guarding against falling into practices that are based only on personal opinion. While most body psychotherapists would endorse the idea that research can affect and inform practice, many would also admit that they do not regularly read quantitative or evidence-based research studies, the type of research that can be generalized to their own clients. Feeling comfortable with, and using suitable criteria for reading quantitative research articles and reports, is often experienced as difficult. It requires the use of concepts and information that may not be employed in everyday clinical practice settings. Reviewing that content and its associated skills can help to make it more available, so that one may adequately critique and get more out of one's professional reading and ultimately, provide better service to clients. To that end, in this paper three related areas central to understanding quantitative research are reviewed: (a) the logic of research design; (b) how internal and external validity are judged; and (c) the basics of statistical inference.

Keywords: body-oriented therapy, body psychotherapy, dance movement therapy, research methods for clinicians, quantitative research, research design

Ανάγνωση και Αξιολόγηση της Ποσοτικής Έρευνας στη Σωματική Ψυχοθεραπεία

Dr. Robyn Flaum-Cruz, BC-DMT, LPC
Lesley University Phd στο Πρόγραμμα για τις Εκφραστικές Θεραπείες
Dr. Sabine C. Koch
SRH University Heidelberg, Πρόγραμμα Θεραπείας μέσω Κινήσεων Χορού

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Έχει γίνει πολύς λόγος στη βιβλιογραφία σχετικά με το γιατί η έρευνα θεωρείται σημαντική για τους επαγγελματίες ψυχικής υγείας. Ένα από τα πλέον σημαντικά θέματα έχει να κάνει με τη συνεχιζόμενη αύξηση του αριθμού τους καθώς και τον κίνδυνο του να χρησιμοποιούνται τεχνικές οι οποίες βασίζονται μόνο σε προσωπικές εκτιμήσεις. Ενώ οι περισσότεροι σωματικοί ψυχοθεραπευτές θα υποστήριζαν την ιδέα ότι η έρευνα μπορεί να επηρεάσει και να δώσει πληροφορία στην πρακτική, πολλοί θα παραδέχονταν επίσης ότι δεν διαβάζουν σε τακτική βάση ποσοτικές έρευνες ή έρευνες βασισμένες σε μαρτυρίες, δηλαδή τον τύπο έρευνας που θα μπορούσε να εφαρμοστεί στους πελάτες τους. Η εξοικείωση και χρήση των κατάλληλων κριτηρίων αξιολόγησης τέτοιων ποσοτικών ερευνών ή αναφορών θεωρείται δύσκολη. Αυτό θα απαιτούσε τη χρήση εννοιών και πληροφοριών που δεν χρησιμοποιούνται εύκολα στα πλαίσια της καθημερινής κλινικής πρακτικής. Αν αναθεωρήσουμε αυτή την άποψη καθώς και τις ικανότητες που αυτό προϋποθέτει, μπορούμε να προσπελάσουμε τέτοιο υλικό ευκολότερα . ούτως ώστε να μπορούμε να κριτικάρουμε επαρκώς, να ωφεληθούμε περισσότερο από την κλινική εμπειρία του άλλου, και εν τέλει να παρέχουμε καλύτερες υπηρεσίες στους πελάτες. Σε αυτό το άρθρο ανασκοπούνται τρεις κεντρικοί άξονες για την κατανόηση της ποσοτικής έρευνας: α)η λογική του σχεδιασμού της έρευνας β) πώς αξιολογείται η εξωτερική και η εσωτερική αξιοπιστία γ)βασικά στοιχεία για την εξαγωγή στατιστικών συμπερασμάτων.
Λέξεις κλειδιά: θεραπεία προσανατολισμένη στο σώμα, σωματική ψυχοθεραπεία, θεραπεία μέσω χορευτικής κίνησης, ερευνητικές μέθοδοι για κλινικούς, ποσοτική έρευνα, σχεδιασμός έρευνας.

Biodynamic Psychotherapy for Trauma Recovery: A Pilot Study

Denise Saint Arnault, PhD, RN
University of Michigan School of Nursing
&
Sharon O'Halloran, BA
SAFE Ireland

Abstract

Body-oriented approaches for treating trauma survivors focus on automatic processing, and aim to address the physiological effects of trauma directly within the body itself, without primary reliance on conscious recall. This longitudinal pilot study used standardized pre and post-intervention measures to evaluate the feasibility, acceptability and impact of Biodynamic Interventions, delivered six months apart, on the mind-body healing, of eight women receiving domestic violence support services in Western Ireland. Findings revealed that women were willing to engage in treatment, and had sustained improvements in distress, quality of life, and use of social support, over one year. More research on integrative approaches to trauma recovery is needed.

Keywords: Biodynamic psychotherapy, trauma recovery, domestic violence, women's mental health, integrative trauma therapy

Βιοδυναμική Ψυχοθεραπεία για τη Θεραπεία του Τραύματος: Μια Πιλοτική Μελέτη
Denise Saint Arnault, PhD, RN

University of Michigan School of Nursing

Sharon O' Halloran,BA
SAFE,Ireland

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Οι σωματικά προσανατολισμένες προσεγγίσεις για τη θεραπεία των θυμάτων τραύματος εστιάζουν στις αυτοματικές ψυχοσωματικές διαδικασίες και απευθύνονται στα φυσιολογικά αποτελέσματα του τραύματος άμεσα μέσα στο σώμα, χωρίς να βασίζονται στη συνειδητή μνημονική ανάκληση. Αυτή η οριζόντια πιλοτική μελέτη χρησιμοποίησε τυποποιημένες μετρήσεις προ και μετά την κλινική παρέμβαση, για να αξιολογήσουν το κατορθωτό, τη δεκτικότητα και τα αποτελέσματα των Βιοδυναμικών Παρεμβάσεων που πραγματοποιήθηκαν μέσα σε έξι μήνες θεραπείας οκτώ γυναικών που λάμβαναν υποστήριξη από ένα πρόγραμμα για θύματα οικογενειακής βίας στη Δυτική Ιρλανδία. Τα ευρήματα έδειξαν ότι οι γυναίκες είχαν προθυμία να εμπλακούν στη θεραπεία και παρουσίασαν μια παρατεταμένη βελτίωση στα αισθήματα δυστυχίας, στην ποιότητα ζωής και στην αποδοχή κοινωνικής υποστήριξης για περισσότερο από ένα χρόνο. Απαιτείται επιπλέον έρευνα για το αποτέλεσμα των απαρτιωτικών θεραπειών επί της θεραπείας του τραύματος.

Λέξεις κλειδιά: Βιοδυναμική Ψυχοθεραπεία,θεραπεία τραύματος, ενδοοικογενειακή βία,γυναικεία ψυχική υγεία, απαρτιωτική θεραπεία τραύματος.

Correlations Between Tests for Grounding, Breathing and Self-efficacy in Individuals With and Without Chronic Pain: Who is “Standing with Both Feet on the Ground?”

Christina Bader-Johansson MSc, MSc, Body Psychotherapist EABP,
Eidg. anerkannte Psychotherapeutin, RCPT, Switzerland

&

Amanda LundvikGyllensten Med.Dr, RCPT,
Lund University, Department of Health Sciences, Sweden

Abstract

Postural balance (grounding) and breathing are basic psychomotor functions that can be disturbed in patients with chronic pain. Self-efficacy plays an important role in treatment programs that address improved coping with pain. The aim of this study was to evaluate whether balance and breathing tests could discriminate between a group of patients with chronic pain and a healthy group, and to test their correlations to psychometric tests. A conceptualization of grounding that incorporates physical and psychological factors is proposed. Methods: In this cross-sectional study 62 patients with chronic pain and 40 healthy individuals were examined using physical tests to measure postural balance and breathing, and psychometric tests to measure self-efficacy and pain. Relationships among the measures were analyzed. Results: Significant differences ($p < 0.001$) were found between the patient group and the control group in all balance and breathing tests and in the self-efficacy tests. Participants

who performed correctly in two or more of the balance tests were ten times more likely to report high self-efficacy than those who did not. Conclusion: The balance, breathing and self-efficacy tests discriminated significantly between the groups. Concurrent validity between some balance tests and self-efficacy could be shown. Further studies to confirm predictive validity should be done.

Keywords: chronic pain, grounding, breathing, rotation, postural balance, self-efficacy

Συσχετισμοί ανάμεσα σε Δοκιμές με Grounding, Αναπνοή και Αίσθημα Επάρκειας σε άτομα με χρόνια πόνο και χωρίς χρόνια πόνο: Ποιος στέκεται με τα δύο πόδια στο έδαφος?

Christina Bader- Johansson Msc, Msc Body Psychotherapist EABP
Eidg, anerkannte Psychotherapeutin, RCPT, Switzerland

Amanda Lundvik Gyllensten MD, RCPT
Lund University, Department of Health Sciences, Sweden

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η ισορροπία στη στάση (grounding) και η αναπνοή αποτελούν βασικές ψυχοκινητικές λειτουργίες που μπορούν να διαταραχθούν σε ασθενείς με χρόνια πόνο. Η αυτό- επάρκεια παίζει σημαντικό ρόλο στα προγράμματα θεραπείας που απευθύνονται σε μια καλύτερη διαχείριση του χρόνιου πόνου. Ο στόχος αυτής της μελέτης ήταν να αξιολογήσει εάν τα τεστ ισορροπίας και αναπνοής μπορούν να διακρίνουν μεταξύ μιας ομάδας ασθενών με χρόνια πόνο και μιας υγιούς, και να εξετάσουν τους συσχετισμούς τους με ψυχομετρικά τεστ. Προτείνεται μια εννοιολόγηση του grounding, που συνδυάζει σωματικούς και ψυχολογικούς παράγοντες.

Μέθοδοι: Σε αυτή την διπλή τυφλή μελέτη εξετάστηκαν 62 ασθενείς με χρόνια πόνο και 40 υγιείς, χρησιμοποιώντας σωματικά τεστ για να μετρηθούν η στατική ισορροπία και η αναπνοή και ψυχομετρικά τεστ για να μετρήσουν την αυτό-επάρκεια και τον πόνο. Αναλύθηκαν οι σχέσεις μεταξύ των μετρήσεων. Αποτελέσματα: Στατιστικά σημαντικές διαφορές ($p < 0,001$) παρατηρήθηκαν μεταξύ της ομάδας των ασθενών και της ομάδας ελέγχου σε όλα τα τεστ ισορροπίας και αναπνοής και στα τεστ αυτό- επάρκειας. Οι συμμετέχοντες που λειτούργησαν σωστά σε δύο ή περισσότερα τεστ ισορροπίας είχαν δέκα φορές περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσουν υψηλή αυτό- επάρκεια απ' εκείνους που δεν λειτούργησαν.

Συμπέρασμα: Τα τεστ ισορροπίας, αναπνοής και αυτό- επάρκειας διέφεραν σημαντικά μεταξύ των δύο ομάδων. Ίσως θα μπορούσε να δειχθεί μια συμπίπτουσα ισχύς μεταξύ κάποιων τεστ ισορροπίας και του αισθήματος αυτό- επάρκειας. Χρειάζονται περαιτέρω έρευνες για να επιβεβαιωθεί η predictive validity.

Λέξεις κλειδιά: πόνος, grounding, αναπνοή, περιστροφή, ισορροπία στάσης, αυτό-επάρκεια

Semantic Expressions of the Body Boundary Personality in Person-Centred Psychotherapy

Laura A. Cariola
Lancaster University

Abstract

This study is based on the assumption that the exposure and internalisation of social values, and behavioural expectations represent the most important influence in the formation of body boundary finiteness (Fisher & Cleveland, 1958) and the development of psychological disturbances (Rogers, 1951, 1961). Given this relationship between body boundary formation and Roger's influence on the development of body psychotherapy, this correlational study examines the use of words and changes in body boundary finiteness of twelve patients attending person-centred psychotherapy. It does this by measuring the strengths of associations between barrier imagery, as measured using the Body Type Dictionary (BTD) (Wilson, 2006), and the general semantic content, as measured using the Linguistic Inquiry Word Count text analysis program (LIWC) (Pennebaker, Booth, & Francis, 2007), as well as progressive psychotherapy sessions in the verbal behaviour of Low and High Barrier patients. The findings of this study might benefit body psychotherapy practitioners to obtain a deeper insight into the body boundary and its regulatory function of inter- and intra-psychic processes.

Keywords: body boundaries, psychotherapy, semantics, primordial cognition, person-centred psychotherapy.

Σημειωτική Έκφραση των Σωματικών Ορίων της Προσωπικότητας στην

Προσωποκεντρική Θεραπεία

Laura A. Cariola

Lancaster University

Η μελέτη βασίζεται πάνω στην παραδοχή ότι η αποκάλυψη και η εσωτερίκευση των κοινωνικών αξιών καθώς και οι εκφράσεις στη συμπεριφορά αποτελούν την πλέον ουσιώδη επίδραση επί του σχηματισμού του πεπερασμένου των ορίων του σώματος (Fisher & Cleveland, 1958) και στην ανάπτυξη ψυχικών διαταραχών (Rogers, 1951, 1960). Λαμβάνοντας υπόψη αυτή τη σχέση μεταξύ της ανάπτυξης των ορίων του σώματος και της επιρροής του Rogers στην εξέλιξη της σωματικής ψυχοθεραπείας, αυτή η συσχετισιακή μελέτη εξετάζει τη χρήση λέξεων και αλλαγών πάνω στο πεπερασμένο των ορίων του σώματος σε δώδεκα ασθενείς που υποβάλλονταν σε προσωποκεντρική ψυχοθεραπεία. Αυτό πραγματοποιείται μετρώντας την ισχύ των συσχετισμών μεταξύ της φαντασιακής ικανότητας αίσθησης των ορίων του σώματος, η οποία μετρήθηκε χρησιμοποιώντας το Body Type Dictionary (BTD), Wilson 2006, και του γενικότερου σημειωτικού πλαισίου, το οποίο μετρήθηκε χρησιμοποιώντας το Linguistic Inquiry Word Count Text Analysis Programme (LIWC) (Pennebaker, Booth & Francis, 2007), καθώς και διαδοχικές ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες, με τη λεκτική συμπεριφορά Υψηλά και Χαμηλά Οριοθετημένων Ασθενών. Τα ευρήματα της μελέτης αυτής είναι δυνατόν να ωφελήσουν τους θεραπευτές σωματικής ψυχοθεραπείας να αποκτήσουν μια βαθύτερη κατανόηση της έννοιας των ορίων του σώματος και της ρυθμιστικής λειτουργίας που αυτή έχει πάνω στις εσωτερικές και δια-υποκειμενικές διεργασίες.

Λέξεις κλειδιά: όρια του σώματος, σωματική ψυχοθεραπεία, σημειωτική, αρχαϊκή νόηση, προσωποκεντρική ψυχοθεραπεία

Interoception: A Measure of Embodiment or Attention?

Nitasha Buldeo

University of Northampton, Department of Psychology

Abstract

Interoception provides a link for the affective and cognitive mechanisms of embodiment. fMRI studies suggest that brain areas known to mediate selective attention, are also relevant for interoceptive awareness (IA). Yet the relationship between attention, embodiment and interoception is poorly understood. This study attempts to understand this relationship by considering whether IA is possible when attention is compromised. Using two versions of an IA task, the standard mental tracking task (MMT) and a modified version of the same task, IA of 20 healthy participants (9 female, 11 male), was measured. A significant difference in mean IA was shown between the tasks with the modified mental tracking task (MMTT) showing greater sensitivity. These findings suggest that IA is possible even when attention is compromised, which supports somatic theories such as the somatic marker hypothesis. Most importantly this implies that IA may be a good measure of somatic awareness and may be useful as a measure in body psychotherapy research and clinical practice.

Keywords: Interoception, attention, embodied cognition, measures of embodiment, somatic awareness

Εσωτερική Σωματική Αίσθηση: Μέτρο Ενσωμάτισης ή Προσοχής?

Nitasha Buldeo

University of Northampton, Department of Psychology

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η αίσθηση του εσωτερικού του σώματος παρέχει ένα σύνδεσμο για τους συγκινησιακούς και γνωστικούς μηχανισμούς της ενσωμάτισης. Οι μελέτες με το fMRI υποδεικνύουν ότι οι περιοχές του εγκεφάλου που είναι υπεύθυνες για την επιλεκτική προσοχή, είναι επίσης αρμόδιες για την επίγνωση της εσωτερικής αίσθησης του σώματος (EA). Όμως η σχέση μεταξύ της προσοχής, της ενσωμάτισης και της εσωτερικής αίσθησης δεν έχει κατανοηθεί πλήρως. Αυτή η μελέτη επιχειρεί να κατανοήσει αυτή τη σχέση εγείροντας το ερώτημα του αν η EA είναι δυνατή όταν η προσοχή υπολείπεται. Χρησιμοποιώντας δύο τύπους ενός τεστ για την EA, το standard mental tracking task (MMT) και μια τροποποιημένη μορφή του ίδιου τεστ, μετρήθηκε η EA 20 υγιών συμμετεχόντων (9 γυναίκες, 11 άντρες). Καταδείχθηκε μια σημαντική διαφορά στη μέση EA μεταξύ των δύο τεστ, με το MMTT να εμφανίζει μεγαλύτερη ευαισθησία. Αυτά τα ευρήματα δείχνουν ότι η EA είναι δυνατή ακόμα και όταν η προσοχή διαφεύγει, κάτι που υποστηρίζει σωματικές θεωρίες, όπως η υπόθεση των σωματικών δεικτών. Ακόμα πιο σημαντικό είναι το γεγονός ότι η EA φαίνεται να είναι ένα καλό μέτρο σωματικής επίγνωσης και ίσως φανεί χρήσιμη ως μετρήσιμο μέγεθος στην έρευνα αλλά και την κλινική πράξη της σωματικής ψυχοθεραπείας.

Λέξεις κλειδιά: Εσωτερική σωματική αίσθηση, προσοχή, ενσώματη νόηση, μετρήσεις της ενσωμάτισης, σωματική αυτεπίγνωση

Grasping and Transforming the Embodied Experience of Oppression

Rae Johnson, PhD, RSW, RSMT

Abstract

Research has established the crucial role of the body in navigating experiences of social difference and mediating the traumatic impact of oppression. Although conceptual frameworks from education, counseling, and critical embodiment studies offer powerful lenses through which to view these experiences of oppression, existing social justice models (e.g., anti-oppressive education, multicultural counseling and social work) are insufficiently inclusive of the body's role in navigating oppressive social interactions. Conversely, existing models of working with embodied experience (e.g. somatic education and somatic counseling/psychotherapy) are insufficiently attentive to the role of social power in interpersonal relations. Drawing on current research on the embodied experience of oppression, this paper articulates an integrative model for addressing problematic experiences in relation to the body and social justice.

Keywords: embodiment, oppression, social justice, diversity, anti-oppressive education, multicultural counseling, experiential learning

Δράττοντας και Μετασχηματίζοντας την Ενσώματη Εμπειρία της Καταπίεσης

Rae Johnson, PhD, RSW,RSMT

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η έρευνα έχει επιβεβαιώσει τον κρίσιμο ρόλο που παίζει το σώμα στην εξερεύνηση εμπειριών των κοινωνικών διαφορών και στο να συμμετέχει στις τραυματικές επιπτώσεις της καταπίεσης. Αν και κάποια εννοιολογικά πλαίσια προερχόμενα από την εκπαίδευση, τη συμβουλευτική και μελέτες πάνω στην ενσωμάτωση προσφέρουν ισχυρούς φακούς μέσω των οποίων μπορούμε να δούμε τις εμπειρίες της καταπίεσης, τα υπάρχοντα μοντέλα κοινωνικής δικαιοσύνης (πχ. αντιαυταρχική εκπαίδευση, πολυπολιτισμική συμβουλευτική και η κοινωνική εργασία) δεν περιλαμβάνουν επαρκώς το ρόλο του σώματος στο να εξερευνά τις καταπιεστικές κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Αντιθέτως, τα υπάρχοντα μοντέλα δουλειάς με την ενσωματωμένη εμπειρία (πχ.εκπαίδευση πάνω στο σώμα και σωματική συμβουλευτική/ ψυχοθεραπεία) δεν επισημαίνουν επαρκώς το ρόλο της κοινωνικής ισχύος στις διαπροσωπικές σχέσεις. Αντλώντας από τη σύγχρονη έρευνα πάνω στην ενσώματη εμπειρία της καταπίεσης, το άρθρο αυτό παρουσιάζει ένα ολοκληρωμένο μοντέλο που εισάγει τις προβληματικές εμπειρίες σε σχέση με το σώμα και την κοινωνική δικαιοσύνη.

Λέξεις κλειδιά: ενσωμάτωση, καταπίεση, κοινωνική δικαιοσύνη, διαφορετικότητα, αντιαυταρχική εκπαίδευση, πολυπολιτισμική συμβουλευτική, εμπειριοκρατική μάθηση

