

Sense and Sensibility in Supervision

By Sibylle Huerta Krefft, MA, ECP

Translated from the German by Elizabeth Marshall

Ndjena dhe Ndjeshmëria në Supervizim

Nga Sibelle Huerta Krefft, MA, ECP

(Translated by Arber Zeka)

Ky artikull trajton përmirësimin e njohurive të mbikëqyrësit (supervisorit) nga këndvështrimi i Psikoterapisë Trupore, i cili në këtë rast ka marrë mbështetje vendimtare për qëndrimet e tij empirike dhe teorike mbi hulumtimet e fundit neurobiologjike. Të mësuarit, duke përfshirë të mësuarit nën supervizim, është i lidhur me strukturën e marrëdhënieve ndërmjet palëve të përfshira dhe është më efektiv kur trupi dhe emocionet janë të angazhuara. Të mësuarit është proces trupor e edhe mund të përshkruhet nga neuroshkenca. Stresi afate-shkurtër zvogëlon potencialin për të mësuar, ndërsa stresi afate-gjatë performon ankthinë i cili dërgon në burnout (djegie). Shfrytëzimi i modelit të pulsimit nga Psikoterapia Trupore gjithashtu mundet, në nivelin e karrierës, të ndihmojë për të i zvogëluar pritjet e ekzagjeruar. Jo stabiliteti, në fakt është i nevojshëm për ndryshim. Qëllimi i këtij artikulli është që të përshkruaj qëndrueshmërinë e Psikoterapisë Trupore për supervizimet dhe në të njëjtën kohë të këshillojë ndajë të gjithëve për një thjeshtëzim të shkëlqyer. Në pikëpamje të vazhdueshme që rritja e stresit dërgon në sëmundje, kjo është duke u bërë gjithnjë më e rëndësishme.

Fjalët Kyçe: Supervizimi (Mbikëqyrja), Psikoterapia Trupore, Neurobiologjia, Të Mësuarit, Mos Mësimi, Puna-Stresi dhe lidhjet më sëmundjet, Konsumimi (Djegia).

Sense and Sensibility in Supervision

By Sibylle Huerta Krefft, MA, ECP

Translated from the German by Elizabeth Marshall

This article addresses enhancing supervisory knowledge and skills through the dimension of body psychotherapy, which has received decisive support for its empirical and theoretical approach through recent neurobiological findings. Learning, including learning under supervision, is related to the structure of the relationship between the parties involved and is most effective when the body and emotions are engaged. Learning is a bodily process and can be described neuroscientifically. Stress in the short term reduces learning potential and long-term performance anxiety leads to burnout. Utilization of the pulsation model of body psychotherapy can also, on the career level, help to alleviate exaggerated expectations. Critical instability, in fact, is necessary for change. The goal of this paper is to clearly outline the relevance of body psychotherapy for supervision and at the same time to caution against an all too great simplification. In view of the

continual rise in stress-related illnesses, this approach is becoming increasingly important.

Keywords: supervision, body psychotherapy, neurobiology, learning, unlearning, work- and stress-related illness, burnout.

**Zgjerimi i Dialogut:
Paraqitja e kontributeve nga Mjekësia Energjetike
Debra Greene, PhD
(Translated: Enver Česko)**

Punimiparaqet një model dhe konceptet nga mjekësia energjetike dhe paraqitjet relevante në psikoterapinë trupore. Modeli multidimensional, si model kyq në mjekësinë energjetike është përdorur si pikënisje. Duke u fokusuar në pesë principet e trupit eterik-fuqia mbështetëse, efekti përsëritës, efekti nximjes, efekti i ndërlidhës, dhe fusha e ndjenjave të mbrendshme, janë temat që diskutohen në përdorimin e psikoterapisë trupore.

Fjalët kyqe: mjekësia energjetike, modeli multidimensional, ndërlidhshmëria e energjisë trupore, homeodinamika, trupi eterik

**Expanding the Dialogue:
Exploring Contributions from Energy Medicine
Debra Greene, PhD**

This paper presents a model and concepts from energy medicine and explores their relevance to body psychotherapy. The multidimensional model, a key model in energy medicine, is used as a starting point. Focusing on five principles of the etheric body—the power supply, the replica effect, the blueprint effect, the interface effect, and the internal senses—areas of overlap and application to body psychotherapy are discussed.

Keywords: energy medicine, multidimensional model, subtle energy bodies, homeodynamics, etheric body

**Urë ndarëse:Psikodinamika Integrative dhe Terapitë me Përqëndrim në Trup
Clair Haiman, PsyD
(Translated by Enver Česko)**

Një studim eksplorues bëri hulumtimin për mënyrat në të cilat psikoterapistët janë trajnuar në terapi psikodinamike dhe terapitë integruese me përqëndrim në trupin në qendër integrimin, ose duke mos zgjedhur integrimin e këtyre dy traditave teorike në punën e tyre klinike. Njëmbëdhjetë klinikistët të trajnuar në mënyrë duale që janë intervistuar, në punën e tyre deri në një mase e kishin integruar. Shumica prej tyre kanë përdorur integrimin asimilues, duke përfshirë teknikat e përqëndruar në trup në kornizën psikodinamike. Dallimet dhe ngajshmërit janë diskutuar në kuadër të transference/kontratrancferencës, konceptualizimi i përvojave të pacientit, intervenimet teknike, dhe psikoedukimet e pacientëve në punën integruese. Qështjet rreth rreth prejës poashtu janë adresuar shkurtimisht.

Fjalët kyqe: psikoterapia integrale, psikoterapia psikodinamike, terapia e përqëndruar në trup.

Bridging the Split: Integrating Psychodynamic and Body-Centered Therapies
Claire Haiman, PsyD

An exploratory study examining the ways in which psychotherapists trained in psychodynamic and body-centered therapies integrate, or choose not to integrate, the two theoretical traditions in their clinical work. Eleven dually trained clinicians were interviewed, all of who integrated their work to some degree. The majority made use of assimilative integration, incorporating body-centered techniques into a psychodynamic framework. Differences and similarities are discussed with regard to transference/countertransference, conceptualization of patient experience, technical interventions, and psychoeducation of patients regarding integrated work. Concerns about touch are also briefly addressed.

Keywords: psychotherapy integration, psychodynamic psychotherapy, body-centered therapy

Kufitë e thyera, Teritoret e Pushtuara:
Sfidat e përmbajtjes në punën me trauma

Morit Heitzler, MSc

(Translated by Enver Cesko)

Një nga aspektet më torturues e traumave është invazioni apo kolapsi i kufijve, jo vetëm që përjetohet si në momentin e traumës, por edhe që përjetohet si shkatrim i qëndrueshëm. Klientët e traumatizuar zakonisht sjellin në terapi një ndjenjë e vazhdueshme e sfondit të kërcënimit: si për mbijetesë fizike ashtu edhe atë emocionale për sensin e tyre të identitetit. Duke mos ditur se ku "unë" mbaron dhe "të tjerët" fillon, krijon një kaos dhe konfuzion në botën e brendshme të klientit, i cili jehon fuqishëm në marrëdhënie terapeutike. Prandaj, shumica e metodave e terapisë së traumës janë më tepër të bazuara në ri-ndërtimin dhe vendosjen e sigurisë, përcaktimit të kufijve si bazë në punën terapeutik. Megjithatë, a është me të vërtetë e mundur që të kalohet nga përvoja e mishëruar e klientit në sigurinë e shkatruar duke futur kufijtë e sigurta terapeutike? A mundemi ne si terapist të përmbahemi nga ndikimet e traumave duke mos përjetuar kaos, konfuzione dhe dobësi në dhomën terapeutike? Ky punim do të paraqes natyrën paradoksale e kufijve dhe kontrollin në rolin e terapisë së traumës.

Fjalët kyqe: puna me traumën komplekse, kufijtë, përmbajtja, ri-aktivizimi, identifikimi projektiv, raportet

Broken Boundaries, Invaded Territories:

The Challenges of Containment in Trauma Work

Morit Heitzler, MSc

One of the most excruciating aspects of trauma is the invasion or collapse of boundaries, not just as experienced in the moment of trauma, but also as

experienced as lasting damage. Traumatized clients usually bring to therapy an ongoing background feeling of threat: both to physical and emotional survival and to their sense of identity. Not knowing where “I” end and the “Other” begins creates chaos and confusion in the client's inner world, which echoes strongly in the therapeutic relationship. Therefore, most methods of trauma therapy are highly concerned with re-building and establishing safe, containing boundaries as the foundation of any therapeutic work. However, is it really possible to by-pass the client's embodied experience of shattered safety by introducing safe therapeutic boundaries? Can we, as therapists, contain the impact of trauma without engaging with chaos, confusion and vulnerability in the consulting room? This paper will explore the paradoxical nature of boundaries and containment and their role in trauma therapy.

Keywords: complex trauma work, boundaries, containment, re-enactment, projective identification, relational

**Psikoterapia Trupore e bazuar në Joga
Bazuar në Joga dhe Qasja e Fokusuar në Trup për Këshillim
Nga: Livia Shapiro
(Translated: Arber Zeka)**

Ky artikull prezanton Psikoterapinë Trupore e bazuar në Joga, konkretisht pesë fazat e zhvillimit të këshillimit për klientët adoleshentë që ka një funksion të lartë. Kjo qasje përdor ushtrimet e jogës dhe zhvillimin e kornizës së lëvizjeve për të vlerësuar, identifikuar dhe të mbështetjes në procesin e zhvillimit dhe ndryshimit të klientit duke zgjeruar avantazhet e zhvillimit të tyre. Psikoterapi Trupore e bazuar në Joga bashkon principet e jogës të emëruara si Principe Universale të Grupimit në kornizën e zhvillimit të lëvizjeve të njohura si Pesë Veprimet Themelore, brenda një kuadri të këshillimit i thirrur si Qarku Interaktiv. Objektivat e këtij hulumtimi janë të dyfishta: për të sjell hapas lëvizjet e jogës në kontekstin e psikoterapisë trupore për ta mbështetur tutje zhvillimin e qasjes këshilluese të përqendruar në trupë, dhe për të lejuar linje të re për praktikumin e ushtrimeve të jogës duke i bërë thelbësore në natyrën terapeutike në kontekstin e sesioneve psikoterapeutike të lirimit emocional që potencialisht ka përmbajtje të mundshme për shërim, zhvillim dhe ndryshim. Një shikim i shkurtër i literaturës e cila mbulon joga terapinë, joga në psikoterapi dhe joga në psikoterapi trupore, ofron përshkrimin e Principeve Universale të Grupimit, Pesë Veprimet Themelore dhe Qarkun Interaktiv. Psikoterapia Trupore e bazuar në Joga është e përshkueshme dhe e sqaruar për aplikueshmerin e dhënë. Konsideratat e mëtutjeshme në këtë hulumtim mund të përcaktojnë një të ardhme më të mirë duke patur në konsiderat edhe kufitë e saj.

Fjalët kyqe: joga, zhvillimi, principet universale të grupimit, pesë veprimet themelore, qarku interaktiv

**Yoga Based Body Psychotherapy:
A Yoga Based and Body Centered Approach to Counseling
Livia Shapiro**

This paper presents Yoga Based Body Psychotherapy, a five-stage approach to counseling high-functioning adult clients. This approach utilizes yoga postures and developmental movement patterning to assess, identify and support the processes of growth and change in clients by expanding their developmental edge. Yoga Based Body Psychotherapy pairs yoga principles called the Universal Principles of Alignment with the developmental movement pattern known as the Five Fundamental Actions, within a framework for counseling called the Interaction Cycle. The aim of this approach is twofold: to overtly bring yoga postures into the context of body psychotherapy to support further development of body-centered ways of counseling, and to afford a new lens for the practice of yoga postures by making their inherently therapeutic nature overt in the context of a psychotherapy session so that eliciting emotional material becomes a potentially viable content for healing, growth and change. A brief review of the literature covering yoga therapy, yoga in psychotherapy and yoga in body psychotherapy is offered with outlines of the Universal Principles of Alignment, the Five Fundamental Actions and the Interaction Cycle. Yoga Based Body Psychotherapy is then explicated and examples for application are provided. Further considerations exploring where this approach might go in the future and limitations conclude this paper.

Keywords: yoga, developmental movement, Five Fundamental Actions, Interaction Cycle, Universal Principles of Alignment

Hipnoterapia në Çifte

**P. József Vas, MD, ECP and Noémi Császár, PhD, ECP
(Translated: Enver Çesko)**

Hipnoterapia në Çifte (HTÇ) është zhvilluar kohëve të fundit nga autorët e këtij shkrimi. Paraqet një metodë në hipnoterapinë grupore për zgjidhjen e patologjive psikike dhe psikosomatike të shkaktuara nga traumat perinatale. Gjersa shumë persona ndodhen aktiv, pacienti dhe ko-terapisti hyn në hipnozë bashkarisht. Në ndërkohë terapisti mban distancë. Ndikimet e përbashkta lajmërohen gjatë HTÇ. Duke aplikuar HTÇ simptomat e traumave perinatale mund të zhvendosen me modalitete asociative të përvojave prenatale që përbëhen nga pranimi dhe dashuria. Esenca e HTÇ është integrimi i prekjes, transi dhe transference. Tri rastet e studimit do të paraqiten për shoqëruar punën efektive të HTÇ.

Fjalët kyçe: prekja, transi, transference, ndikimet e përbashkëta

Tandem Hypnotherapy

P. József Vas, MD, ECP and Noémi Császár, PhD, ECP

Tandem hypnotherapy (THT) has recently been developed by the authors. It is a group hypnotherapeutic method for resolving psychic and psychosomatic pathology originating from pre/perinatal traumas. While multi-person touching happens, the patient and the co-therapist go into hypnosis together. Meanwhile, the therapist keeps a distance. A mutual attunement evolves during THT. By using THT the symptoms of pre/perinatal traumas can be replaced with an associative mode of prenatal experiencing which includes acceptance and love. The essence of THT is viewed as an integration of touch, trance, and transference. Three case vignettes are presented to illustrate how THT works.

Keywords: touch, trance, transference, mutual attunement