

Λογική και εναισθησία στην Εποπτεία
Από την Sibylle Huerta Krefft, MA, ECP.
Μετάφραση από τα Γερμανικά από την Elisabeth Marshall

Το άρθρο αναφέρεται στο πως ενδυναμώνεται η γνώση και οι ικανότητες για εποπτεία μέσα στο πεδίο της Σωματικής Ψυχοθεραπείας, η οποία έχει λάβει αποφασιστική στήριξη τόσο για την θεωρητική όσο και την εμπειρική της προσέγγιση μέσω των πρόσφατων νευροφυσιολογικών ανακαλύψεων. Η μάθηση, συμπεριλαμβανομένης κι εκείνης που αποκτάται μέσω της εποπτείας, σχετίζεται με τη δομή της σχέσης μεταξύ των εμπλεκόμενων πλευρών και είναι περισσότερο αποτελεσματική όταν αφορά και το σώμα και τα συναισθήματα. Η μάθηση είναι μια σωματική διαδικασία που μπορεί να περιγραφεί νευροεπιστημονικά. Το βραχυπρόθεσμο στρες μειώνει το δυναμικό για μάθηση, και το μακροχρόνιο άγχος επίδοσης οδηγεί σε ψυχική κατάρρευση. Η εφαρμογή του μοντέλου ενεργειακού παλμού της Σωματικής Ψυχοθεραπείας μπορεί σε επαγγελματικό επίπεδο να καταπραΰνει τις υπερβολικές απαιτήσεις. Πράγματι, η κρίσιμη αστάθεια είναι απαραίτητη για την αλλαγή. Ο στόχος αυτού του άρθρου είναι να υπογραμμίσει τη συνάφεια της Σωματικής Ψυχοθεραπείας με την εποπτεία και παράλληλα να επιστήσει την προσοχή για υπεραπλουστεύσεις. Λαμβάνοντας υπόψη τη διαρκή αύξηση των ασθενειών που σχετίζονται με το στρες, αυτή η προσέγγιση αποκτά συνεχώς περισσότερη σημασία.

Λεξεις-κλειδιά: εποπτεία, σωματική ψυχοθεραπεία, νευροβιολογία, μάθηση, απομάθηση, νόσοι σχετιζόμενες με την εργασία και το στρες, ψυχική κατάρρευση.

Sense and Sensibility in Supervision
By Sibylle Huerta Krefft, MA, ECP
Translated from the German by Elisabeth 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.

**Διευρύνοντας τον Διάλογο:
Εξερεύνηση Συμβολών από την Ενεργειακή Ιατρική
Debra Greene, PhD**

Το άρθρο παρουσιάζει ένα μοντέλο και ιδέες από την ενεργειακή ιατρική και εξερευνά τη σημασία τους στη Σωματική Ψυχοθεραπεία. Το πολυδιάστατο αυτό μοντέλο, θεμελιώδες στην ενεργειακή ιατρική, χρησιμοποιείται ως αφετηρία. Εστιάζει στις πέντε αρχές λειτουργίας του αιθερικού σώματος , (την παροχή ενέργειας, το φαινόμενο αντιγράφου, το φαινόμενο του προτύπου, το φαινόμενο των συνόρων και τις εσωτερικές αισθήσεις) ως περιοχές επικάλυψης και εφαρμογής στη Σωματική Ψυχοθεραπεία.

Λέξεις-κλειδιά: ενεργειακή ιατρική, πολυδιάστατο μοντέλο, λεπτά ενεργειακά σώματα, ομοιοδυναμική, αιθερικό σώμα.

**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

**Γεφυρώνοντας το Σχίσμα:
Απαρτίωση Ψυχοδυναμικών και Σωματοκεντρικών Θεραπειών
Claire Hairman, PsyD**

Είναι μια ερευνητική εργασία η οποία εξετάζει τους τρόπους με τους οποίους ψυχοθεραπευτές εκπαιδευμένοι σε ψυχοδυναμικές και σωματοκεντρικές θεραπείες απαρτιώνουν, ή όχι, τις δύο θεωρητικές κατευθύνσεις στην κλινική τους εργασία. Έντεκα διττά εκπαιδευμένοι κλινικοί παραχώρησαν συνέντευξη, από τους οποίους όλοι συνδύασαν τις κατευθύνσεις τους σε κάποιο βαθμό. Η πλειοψηφία χρησιμοποίησε μια απαρτιωτική αφομοίωση σωματοψυχοθεραπευτικών τεχνικών σε ένα ψυχοδυναμικό πλαίσιο. Συζητούνται οι ομοιότητες και οι διαφορές όσον αφορά τη μεταβίβαση και αντιμεταβίβαση, τη διαμόρφωση της εμπειρίας του ασθενή, τις τεχνικές παρέμβασης και την ψυχική εκπαίδευση των ασθενών. Αναφέρονται με συντομία προβληματισμοί για το θέμα του αγγίγματος.

Λέξεις-κλειδιά: ψυχοθεραπευτική απαρτίωση, ψυχοδυναμική ψυχοθεραπεία, σωματοκεντρική θεραπεία.

**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

Διερρηγμένα όρια, Παραβιασμένοι ζωτικοί χώροι :
Οι Προκλήσεις της Περίεξης στην εργασία με το Τραύμα
Morit Heitzler, MSc

Ένα από τα πλέον βασανιστικά θέματα του τραύματος είναι η εισβολή ή η κατάρρευση των ορίων, όχι μόνο όπως βιώνεται τη στιγμή του τραυματισμού, αλλά ως εμπειρία παρατεινόμενης βλάβης. Οι τραυματισμένοι πελάτες συνήθως φέρνουν στη θεραπεία ένα συνεχές υπόγειο αίσθημα απειλής, τόσο για τη φυσική και συναισθηματική τους επιβίωση, όσο και για το αίσθημα ταυτότητάς τους. Το να μη γνωρίζουν πού τελειώνει ο Εαυτός και πού αρχίζει ο Άλλος, δημιουργεί χάος και σύγχυση στον εσωτερικό τους κόσμο, γεγονός που αντανακλάται ισχυρά μέσα στη θεραπευτική σχέση. Ως εκ τούτου, πολλές μέθοδοι θεραπείας του τραύματος ασχολούνται κυρίως με τη εγκατάσταση και επανακατασκευή ασφαλών και περιεκτικών ορίων, θεμέλιο κάθε θεραπευτικής δουλειάς. Όμως είναι δυνατό να παρακάμψει κανείς την εν-σωματοποιημένη εμπειρία κλονισμένης ασφάλειας του πελάτη εισάγοντας ασφαλή όρια μέσα στη θεραπεία; Μπορούμε εμείς οι θεραπευτές να περιέξουμε τον αντίκτυπο του τραύματος χωρίς να εμπλακούμε με το χάος, τη σύγχυση και την ευαλωτότητα μέσα στον ψυχοθεραπευτικό χώρο; Το άρθρο αυτό θα διερευνήσει την ιδιόμορφη φύση των ορίων και της περίεξης καθώς και το ρόλο τους στη θεραπεία του τραύματος.

Λέξεις- κλειδιά: εργασία με σύνθετο τραύμα, όρια, περίεξη, επανατραυματισμός, προβληματική ταύτιση, σχεσιακός.

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

**Σωματική Ψυχοθεραπεία βασισμένη στη Γιόγκα:
Συμβουλευτική μέσω της Γιόγκα και της Σωματοκεντρικής Προσέγγισης
Livia Shapiro**

Το άρθρο αυτό παρουσιάζει τη Σωματική Ψυχοθεραπεία βασισμένη στη Γιόγκα, μια προσέγγιση πέντε σταδίων στη Συμβουλευτική ενηλίκων υψηλής λειτουργικότητας. Αυτή η προσέγγιση χρησιμοποιεί τις στάσεις της Γιόγκα και κινητικά αναπτυξιακά μοντέλα προκειμένου να αξιολογήσει, να καθορίσει και να υποστηρίξει τις διαδικασίες της ανάπτυξης και της αλλαγής στους πελάτες, επεκτείνοντας τα αναπτυξιακά τους όρια. Η Σωματική Ψυχοθεραπεία που βασίζεται στη Γιόγκα συνδυάζει τις αρχές της Γιόγκα που ονομάζονται Παγκόσμιες Αρχές Ευθυγράμμισης, με το αναπτυξιακό κινητικό μοντέλο, γνωστό ως Οι Πέντε Θεμελιώδεις Πράξεις, μέσω ενός πλαισίου Συμβουλευτικής που ονομάζεται Κύκλος Αλληλεπίδρασης. Ο στόχος αυτής της προσέγγισης είναι διττός: να φέρει τις στάσεις της Γιόγκα άμεσα μέσα στο πλαίσιο της Σωματικής Ψυχοθεραπείας, προκειμένου να στηρίξει την ανάπτυξη της σωματοκεντρικής Συμβουλευτικής και να παρέξει μια νέα οπτική για τη χρήση των στάσεων της Γιόγκα, κάνοντας έκδηλη την έμφυτα θεραπευτική τους φύση στο πλαίσιο της ψυχοθεραπευτικής συνεδρίας, ώστε το αναδυόμενο συγκινησιακό υλικό να καθίσταται διαθέσιμο για θεραπεία, ανάπτυξη και αλλαγή. Παρέχεται μια σύντομη ανασκόπηση της βιβλιογραφίας σχετικά με τη θεραπεία μέσω Γιόγκα, της Γιόγκα στην Ψυχοθεραπεία και της Γιόγκα στη Σωματική Ψυχοθεραπεία, με περιγραφή των Παγκόσμιων Αρχών Ευθυγράμμισης, των Πέντε Θεμελιωδών Πράξεων και του Κύκλου Αλληλεπίδρασης. Επεξηγείται ο τρόπος δουλειάς της Σωματικής Ψυχοθεραπείας βασισμένης στη Γιόγκα και δίδονται παραδείγματα εφαρμογής. Το άρθρο ολοκληρώνουν συλλογισμοί που διερευνούν περαιτέρω για το που θα οδηγούσε μελλοντικά αυτή η προσέγγιση, και για τους περιορισμούς της.

Λέξεις-κλειδιά: γιόγκα, αναπτυξιακή κίνηση, Πέντε Θεμελιώδεις Πράξεις, Κύκλος Αλληλεπίδρασης, Παγκόσμιες Αρχές Ευθυγράμμισης.

**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

Θεραπεία μέσω Σειριακής Ύπνωσης
P. Jozsef Vas, MD,ECP, και Noemi Csaszar, PhD,ECP

Η Θεραπεία μέσω Σειριακής Ύπνωσης (ΘΣΥ) έχει αναπτυχθεί πρόσφατα από τους συγγραφείς. Είναι μια ομαδική υπνοθεραπευτική μέθοδος με στόχο τη θεραπεία ψυχικών και ψυχοσωματικών παθολογιών που προέρχονται από προ-γεννητικά και περι-γεννητικά τραύματα. Ενώ πολλά άτομα μαζί έρχονται σε απτική επαφή, ο ασθενής και ο συν-θεραπευτής μπαίνουν σε κατάσταση ύπνωσης μαζί. Στο μεταξύ, ο θεραπευτής κρατάει απόσταση. Αναπτύσσεται ένας αμοιβαίος συντονισμός κατά τη διάρκεια της συνεδρίας. Χρησιμοποιώντας τη ΘΣΥ τα συμπτώματα των προ/περιγεννητικών τραυμάτων υποκαθίστανται από έναν συνειρμικό τρόπο προγεννητικού βιώματος, ο οποίος περιλαμβάνει αποδοχή και αγάπη. Η ουσία της ΘΣΥ θεωρείται μια απαρτίωση αγύγματος, τρανς και μεταβίβασης. Περιγράφονται με συντομία τρεις περιπτώσεις που επιδεικνύουν πώς δουλεύει η ΘΣΥ.

Λέξεις- κλειδιά: άγγιγμα, τρανς, μεταβίβαση, αμοιβαίος συντονισμός

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