

כתב-העת הבינלאומי לפסיכותרפיה גופנית

האומנות והמדע של היבט הגופני

כרך 12, מספר 1, 2013

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.

חושבים ורגישות בהדרכה

סיביל הורטה קרפט, MA, ECP

תורגם מגרמנית ע"י אליזבת מרשל

מאמר זה עוסק בידע ובכישורים ההדרכתיים (supervision) ההולכים ומתרחבים בתחום הפסיכותרפיה הגופנית, תחום אשר קיבל לאחרונה תמיכה מוחלטת, הן לגישה התאורטית והניסיון האמפירי, על-ידי ממצאי המחקר הנורוביולוגי. למידה, כולל למידה במסגרת הדרכה, קשורה למבנה מערכת היחסים בין הגורמים המעורבים והינה אפקטיבית ביותר כאשר הגוף והרגשות מעורבים. למידה הינו תהליך גופני וניתן לתיאור מדעי של מערכת העצבים. דחק מקטין את פוטנציאל הלמידה בטווח הקצר ובטווח הארוך חרדת-ביצוע מובילה לשחיקה. שימוש במודל הפעימה (pulsation) של פסיכותרפיה גופנית עשוי לסייע גם בתחום הקריירה, בהפחתת ציפיות מוגזמות. אי-יציבות הינה הכרחית ליצירת שינוי. מטרת המאמר הינה להציג בבהירות את הרלוונטיות של פסיכותרפיה גופנית בהדרכה, ובו-זמנית גם להזהיר מפני פשטנות גדולה מדי. לאור העלייה המתמשכת במחלות הקשורות לדחק, גם חשיבותה של גישה זו גדלה בהדרגה.

מילות מפתח: הדרכה, פסיכותרפיה גופנית, נורוביולוגיה, למידה, אי-למידה, מחלות דחק ועבודה, שחיקה.

**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

**הרחבת הדיאלוג:
סקירת התרומה של רפואה אנרגטית
דברה גרין, PhD**

מאמר זה מציג מודל ועקרונות מרפואה אנרגטית וחוקר את הרלוונטיות שלהם לפסיכותרפיה גופנית. המודל הרב-ממדי, מודל מרכזי ברפואה האנרגטית, משמש כנקודת הפתיחה. מתוך התמקדות בחמישה עקרונות של הגוף האתרי – 'אספקת כוח' (power supply), 'אפקט השעתוק' (replica effect), 'אפקט מתווה' (blueprint effect), 'אפקט הממשק' (interface effect) ו'החושים הפנימיים' (internal senses) – יידונו אזורי החפיפה והממשק שלהם עם הפסיכותרפיה הגופנית.

מילות מפתח: רפואה אנרגטית, מודל רב-ממדי, גופים אנרגטיים עדינים, הומיאודינאמיק, גוף אתרי

**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

**מגשרים על הפיצול: שילוב בין פסיכותרפיה פסיכודינמית ותרפיות ממוקדות-גוף
קלייר היימן, PsyD**

מובא מחקר הבוחן את ההכשרה של פסיכותרפיסטים פסיכודינמיים מחד ותרפיה ממוקדת-גוף מאידך - הדרכים בהן שתי המסורות התאורטיות משתלבות או לאו, במסגרת העבודה הקלינית. אחד-עשר מטפלים אשר הוכשרו בשתי המסורות ומשילבים ביניהן ברמה זו או אחרת בעבודתם, רואיינו. רובם שילבו המסורות באופן שהטמיע טכניקות ממוקדות-גוף במסגרת של עבודה פסיכו-דינאמית. קווי הדמיון

והשונות יידונו, בהקשר של: העברה והעברה נגדית, המשגה של חווית המטופל, התערבויות טכניות והדרכה פסיכולוגית למטופלים בנוגע לעבודה האינטגרטיבית. גם דאגות בנוגע למגע מקבלות התייחסות קצרה.

מילות מפתח: פסיכותרפיה אינטגרטיבית, פסיכותרפיה פסיכודינמית, תרפיות ממוקדות-גוף

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. Traumatised 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

גבולות שבורים, טריטוריות שנפלשו: אתגרים ההכלה במסגרת עבודת טראומה מורית הייצלר, MSc

אחד מההיבטים המייסרים ביותר בטראומה הינו החדירה או הקריסה של גבולות, לא רק כפי שנחווה ברגעי הטראומה, אלא כפי שנחווה כנזק מתמשך. מטופלים שחוו טראומה נוטים להביא לטיפול תחושת רקע של איום מתמשך: גם להישרדות הפיזית והרגשית ולתחושת הזהות. אי הידיעה של היכן ה"אני" נגמר ו"האחר" מתחיל, יוצרת כאוס ובלבול בעולמו הפנימי של המטופל, אשר מהדהדים בעוצמה גם בקשר הטיפולי. לפיכך, רוב השיטות לטיפול בטראומה עוסקות לרוב בבניה מחודשת והקמה של גבולות מכילים ובטוחים כיסודות של כל עשייה טיפולית. אולם, האם זה באמת אפשרי לעקוף את חווית המטופל של בטחון שנותן, באמצעות גבולות טיפוליים בטוחים? האם אנו, כמטפלים, מסוגלים להכיל את ההשפעה של הטראומה מבלי לחבור לכאוטיות, לבלבול, ולפגיעות בחדר הטיפולים? מאמר זה יבחן את הטבע הפרדוקסאלי של גבולות והכלה ותפקידיהם בטיפול בטראומה.

מילות מפתח: עבודת טראומה מורכבת, גבולות, הכלה, שחזור, הזדהות השלכתית, התייחסותיות

**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

**פסיכותרפיה גופנית מבוססת יוגה:
גישה מבוססת יוגה וממוקדת גוף לטיפול
ליביה שפירו**

מאמר זה מציג פסיכותרפיה גופנית מבוססת יוגה, גישה בעלת חמישה שלבים לטיפול במבוגרים בעלי תפקוד גבוה. גישה זו עושה שימוש בתנוחות יוגה ובתבניות תנועה התפתחותיות על-מנת להעריך, לזהות ולתמוך בתהליכי צמיחה ושינוי במטופלים, באמצעות הרחבת האופק ההתפתחותי. פסיכותרפיה גופנית מבוססת יוגה מזווגת בין עקרונות יוגה המכונים עקרונות אוניברסליים של ההתיישרות (*alignment*) ביחד עם תבניות תנועה התפתחותיות המכונות חמשת הפעולות הבסיסיות, במסגרת של טיפול המכונה מעגל ההידברות ההדדית (*Interaction Cycle*). מטרת הגישה הינה כפולה: להביא את תנוחות היוגה להקשר של פסיכותרפיה גופנית על מנת לתמוך בהתפתחות גישות טיפוליות ממוקדות-גוף ולאפשר מבט מחודש על האימון בתנוחות היוגה, על ידי גילוי טבען התרפויטי בהקשר של טיפול פסיכותרפי, באופן שהחומרים הרגשיים יהפכו בפוטנציה לחומר לריפוי, צמיחה ושינוי. סקירה קצרה של הספרות של תרפיית יוגה, יוגה בפסיכותרפיה ויוגה בפסיכותרפיה גופנית מובאת יחדיו עם קווי מתאר של העקרונות האוניברסליים של ההתיישרות (*alignment*), חמשת הפעולות הבסיסיות ומעגל ההידברות ההדדית (*Interaction Cycle*). פסיכותרפיה גופנית מבוססת יוגה מתוארת בפירוט, כולל דוגמאות ליישום. שיקולים הנוגעים להתפתחות עתידית ומגבלות מסכמים את המאמר.

מילות מפתח: יוגה, תנועה התפתחותית, חמשת הפעולות הבסיסיות (Five Fundamental Actions), מעגל ההידברות ההדדית (*Interaction Cycle*), עקרונות אוניברסליים של ההתיישרות (Universal Principles of Alignment)

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

טנדם היפנותרפיה (THT)
פ. ג'וזף ואס MD, ECP ונעמי קסצאר, PhD, ECP

היפנותרפית טנדם (של שניים העוקבים זה אחר זה) (THT) פותחה לאחרונה על ידי המחברים. זוהי גישה של היפנותרפיה קבוצתית לפתרון פתולוגיות פסיכוטיות ופסיכוסומטיות הנובעות מטרואומות טרום-לידה. בזמן שמתקיים מגע על ידי מספר אנשים, המטופל והמטפל-השותף נכנסים להיפנוזה יחדיו. בו בזמן, המטפל שומר מרחק. התכוונות הדדית מתפתחת במהלך ה-THT. על ידי שימוש ב-THT הסימפטומים של טראומות טרום-לידה יכולות להיות מוחלפות בחוויה אסוציאטיבית הכוללת קבלה ואהבה. המהות של THT מוצגת כשילוב של מגע, טרנס והעברה. שלושה מקרים טיפוליים מוצגים להמחשת פעולת ה-THT.

מילות מפתח: מגע, טרנס, העברה, התכוונות הדדית