



International Body Psychotherapy Journal *The Art and Science of Somatic Praxis*  
Volume 11, Number 2, 2012 *Printing ISSN Number 2169-4745 Online ISSN 2168-1279*  
© Author and USABP/EABP Reprints and permissions [secretariat@eabp.org](mailto:secretariat@eabp.org)

**Efficiency of Psychotherapy Involving Altered States of Consciousness:  
A Call to Reconsider Our Spiritual Stance at the Clinic**

**Rachel Shalit**

**Abstract**

This paper deals with the efficiency of psychotherapy, particularly when involving techniques that stimulate altered states of consciousness (ASC). One main conclusion arising from research in this field is defined well by Bogart (1991), who asserts that ASC may profoundly reorient an individual's identity, emotional attitude, sense of wellbeing and purpose in life.

Body-oriented techniques have the potential to induce ASC; therefore, a methodological exploration of the ASC realm as part of body psychotherapy is called for. Moreover, as ASC may also trigger spiritual experiences, it is my belief that embracing the correspondence between the body and the spirit holds great promise for clients.

The paper discusses three main subjects:

1. Altered states of consciousness— what they are, ways of inducing them
2. The efficiency of psychotherapy
3. The correlation of body psychotherapy with consciousness and spirituality

In italics appear questions and dilemmas, in some instances as an introduction to a paragraph, in other instances as issues raised for further contemplation.

**Keywords:** body psychotherapy, altered states of consciousness (ASC), efficiency, trance, spirituality

**La Eficiencia de la Psicoterapia Involucrando a los Estados Alterados de Conciencia:  
Una Llamada a Reconsiderar Nuestra Postura Espiritual en la Clínica**

**Rachel Shalit**

**Resumen**

En este trabajo se aborda la eficacia de la psicoterapia, particularmente cuando involucra técnicas que estimulan los estados alterados de conciencia (EAC). En una conclusión principal que surge de la investigación en este campo, Bogart (1991) afirma que los EAC pueden reorientar profundamente la identidad de una persona, la actitud emocional, sensación de bienestar y propósito en la vida.

Las técnicas orientadas hacia lo corporal tienen el potencial de inducir EAC; por lo tanto, es necesaria una exploración metodológica del ámbito de los EAC como parte de la psicoterapia corporal. Además, como los EAC también pueden desencadenar experiencias espirituales, es mi creencia que la adopción de la correspondencia entre el cuerpo y el espíritu puede ser muy positivo para los clientes.

En el artículo se analizan tres temas principales:

1. Los estados alterados de conciencia, lo que son y maneras de inducirlos
2. La eficacia de la psicoterapia
3. La correlación entre la psicoterapia corporal, la conciencia y la espiritualidad

En cursiva aparecen las preguntas y dilemas, en algunos casos, como una introducción a un párrafo, en

otros casos, como las cuestiones planteadas para profundizar en ellas.

**Palabras clave:** psicoterapia corporal, estados alterados de conciencia (EAC), eficiencia, trance, espiritualidad

**Gender as a Relational Somatic Experience:  
How Psychotherapists Participate in  
Gendering Clients (An Experiential Conversation)**

**Gary Glickman, MA, LMFT**

“Power relations have an immediate hold upon it [the body]; they invest it, mark it, train it, torture it, force it to carry out tasks, to perform ceremonies, to emit signs” (Foucault, 1991, p. 25).

**Abstract**

This paper articulates a study of gender role-playing by a focus group of body-centered psychotherapists familiar with Relational Somatic Psychotherapy (RSP), in hopes RSP might offer a lens for helping clients understand their embodied gender experiences, and for helping clinicians understand how wittingly or unwittingly they might be participating in "gendering" their clients. That is, to whatever extent therapists are not aiming to help bring consciousness to a person's sense of identity regarding gender (as with any other culturally reinforced identity), they might be colluding to limit it. A workshop introduction is articulated, followed by a review of gender literature relevant to psychotherapy, a description of methodology, results from the group's role-play experiences, and suggestions for further study.

**Keywords:** gender, Relational Somatic Psychotherapy, masculinity, femininity, sexuality, clinical eros

**El Género Como Experiencia Somática Relacional:  
Cómo Participan los Psicoterapeutas en la 'Generización' de  
Clientes (Una Conversación Experiencial)**

**Gary Glickman, MA, LMFT**

"Las relaciones de poder tienen un agarre inmediato sobre él [el cuerpo], invierten en él, lo marcan, lo entrenan, lo torturan, le obligan a llevar a cabo tareas, a realizar ceremonias, a emitir señales" (Foucault, 1991, p. 25).

**Resumen**

En este trabajo se presenta un estudio sobre juegos de rol de género en un grupo de enfoque de psicoterapeutas corporales familiarizados con Psicoterapia Relacional Somática (PRS), con la esperanza de que la PRS pueda ofrecer una lente para ayudar a los clientes a comprender sus experiencias de género en el cuerpo así como para ayudar a los médicos a entender cómo, sabiéndolo o no, podrían estar participando en la "generización" de sus clientes. Es decir, hasta qué punto los terapeutas que no tienen el objetivo de ayudar a traer a la conciencia el sentido de identidad de género de una persona (como con cualquier otra identidad cultural reforzada), podrían estar conspirando para limitarla. Un taller introductorio se articula, seguido por una revisión de la literatura de género relevante para la psicoterapia, una descripción de la metodología, los resultados de experiencias de juegos de rol del grupo, y las sugerencias para estudios posteriores.

**Palabras clave:** género, Psicoterapia Relacional Somática, masculinidad, feminidad, sexualidad, eros clínico

**Nina Bull: The Work, Life and Legacy of a Somatic Pioneer  
Daniel J. Lewis, M.P.H., M.A.**

**Abstract**

Nina Bull is a significant albeit underappreciated figure in the history of body psychotherapy. She was a pioneer in the study of the mind/body relationship and the role of the musculature in subjective experience. She is best known as a teacher and mentor to Stanley Keleman, the founder of Formative Psychology. Still, her life largely remains a mystery as little has been done in the way of compiling

information about her work or personal life. This paper presents a synopsis of her attitude theory, describes the experiments she conducted to confirm her theory, discusses the relationship of her work and Formative Psychology, and presents original historical study of the events and attitudes that informed her research.

*Keywords:* Nina Bull, Formative Psychology, emotion, history of psychotherapy, skeletal musculature, muscles, attitude theory.

**Nina Bull: El Trabajo, La Vida y El Legado de una Pionera Somática**  
**Daniel J. Lewis, M.P.H., M.A.**

**Resumen**

Nina Bull es una figura importante aunque poco apreciada en la historia de la psicoterapia corporal. Fue pionera en el estudio de la relación mente/cuerpo y la función de la musculatura en la experiencia subjetiva. Es mejor conocida como maestra y mentora de Stanley Keleman, el fundador de la Psicología Formativa. Sin embargo, su vida sigue en gran parte siendo un misterio ya que poco se ha hecho para recopilar información sobre su trabajo o vida personal. En este trabajo se presenta un resumen de su teoría de la actitud, se describen los experimentos que llevó a cabo para confirmar su teoría, se analiza la relación de su obra y la Psicología Formativa, y se presenta el estudio histórico original de los hechos y actitudes que informó a su investigación.

**Palabras clave:** Nina Bull, Psicología Formativa, emoción, historia de la psicoterapia, la musculatura del esqueleto, los músculos, la teoría de la actitud.

**In Support Of Body Psychotherapy**  
**Will Davis**

**Abstract**

After an introduction to body psychotherapy, there is a discussion of the trend in verbal and cognitive therapies to include the body. This trend will be highlighted via a comparison with body psychotherapy as well as references to cases. There is then a description of body psychotherapy's unique contributions to psychotherapy at large and photos of a patient showing physical changes during six months of body psychotherapy treatment.

*Keywords:* body psychotherapy, embodied cognition, embodied self, self-reflexivity, Reich, Schore, Pagis

**En Apoyo De La Psicoterapia Corporal**  
**Will Davis**

**Resumen**

Después de una introducción a la psicoterapia corporal, hay una discusión sobre la tendencia de las terapias verbales y cognitivas a incluir el cuerpo. Se destacará esta tendencia a través de una comparación con la psicoterapia corporal, así como a través de referencias a casos. A continuación hay una descripción de las contribuciones únicas de la psicoterapia corporal a la psicoterapia en general así como fotos de un paciente que muestran los cambios físicos ocurridos durante los seis meses de tratamiento con psicoterapia corporal.

**Palabras clave:** psicoterapia corporal, cognición en el cuerpo, el yo en el cuerpo, la auto-reflexividad, Reich, Schore, Pagis

**The Ever Changing Constancy of Body Psychotherapy**  
**Robert Hilton, PhD**

**Abstract**

Presented at the 2012 USABP Conference, this keynote address outlines both historical theories that have informed today's body psychotherapy and contemporary trends of thought in the field. Robert Lewis, Alexander Lowen, Donald Winnicott, Harry Guntrip, Ronald Fairbairn and Wilhelm Reich, as well as Donald Kalsched, Dan Siegel and Peter Levine are all given mention, sandwiched between illustrations borrowed from poetry and Hilton's own anecdotes. Hope is proposed for a humanistic, sympathetic future of body psychotherapy.

**Keywords:** history, poetry, Reich, Winnicott, Siegel

## **La Constancia Siempre Cambiante De La Psicoterapia Corporal Robert Hilton, PhD**

### **Resumen**

Presentada en la Conferencia de USABP de 2012, en esta ponencia se presentan las dos teorías históricas que han informado la psicoterapia corporal de hoy en día y las tendencias contemporáneas de pensamiento en este campo. Se mencionan a Robert Lewis, Alexander Lowen, Donald Winnicott, Harry Guntrip, Ronald Fairbairn y Wilhelm Reich, así como Donald Kalsched, Dan Siegel y Peter Levine. Estas quedan intercaladas entre las ilustraciones tomadas de la poesía y anécdotas del propio Hilton. Se ve un futuro humanístico, simpático y lleno de esperanza para la psicoterapia corporal.

**Palabras clave:** historia, poesía, Reich, Winnicott, Siegel

## **Hyporesponse: The Hidden Challenge in Coping With Stress Merete Holm Brantbjerg**

### **Abstract**

This article addresses the role of hyporesponse in stress management. The concept of muscle response is presented—regarding both hyperresponse (tension) and hyporesponse (giving up)—and how these two defensive strategies interact and easily polarize. Building up energy and precision in dosing is presented as a strategy to modify hyporesponse and, through that, lower the risk of losing contact with parts of the self in different phases of stress. Interconnectedness between high arousal states—both hyper- and hypoarousal—and muscle response patterns are addressed and special attention is given to potential consequences of hyporesponse in the transitions between the different levels of arousal that occur in daily life.

**Keywords:** stress management, hyporesponse/giving up, building up energy, arousal states, transitions

## **Hipo-respuesta: El Desafío Oculto En Cómo Gestionar El Estrés Merete Holm Brantbjerg**

### **Resumen**

En este artículo se aborda el papel de hipo-respuesta en la gestión del estrés. El concepto de respuesta muscular se presenta – tanto con respecto a las hiper-respuestas (tensión) y como las hipo-respuestas (renunciar)- y cómo estas dos estrategias defensivas interactuar y quedan fácilmente polarizadas. La acumulación de energía y la precisión en la dosificación se presentan como una estrategia para modificar las hipo-respuestas y, de esa forma, disminuir el riesgo de perder el contacto con partes del yo en las diferentes fases del estrés. La interconexión entre los estados de alta excitación, tanto hipo como hiper, y los patrones de respuesta muscular se abordan y se presta especial atención a las posibles consecuencias de hipo-respuesta en las transiciones entre los diferentes niveles de excitación que se producen en la vida cotidiana.

**Palabras clave:** gestión del estrés, hipo-respuesta/resignación, acumular energía, estados de excitación, transiciones