

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Οι ρίζες μας

Πρώτοι μηχανισμοί αντιμετώπισης

Εθιστικές Συμπεριφορές που Ενδεχομένως να Προκαλούν Sabotage στην Σύνδεση

Alice Kahn Ladas

Η **Alice K. Ladas** παρεβρέθηκε στο πρώτο της Συνέδριο στο Orgonon το 1948 και εξετάστηκε προσωπικά από τον Reich το 1951 προκειμένου να γίνει μέλος του προσωπικού του Κέντρου Έρευνας Νεογνών (Infant Research Center). Σήμερα είναι πιθανότατα το μόνο εν ζωή άτομο στις Ηνωμένες Πολιτείες που γνώριζε τον Reich προσωπικά. Εδώ, με δικά της λόγια, είναι κάποιες από τις αναμνήσεις της από τις απαρχές του πεδίου μας και πώς επηρέασε την εξέλιξη του.

Λέξεις-κλειδιά: Μηχανισμοί αντιμετώπισης, προσωπική σχέση, σωματική ψυχοθεραπεία, εθισμός

Η κουλτούρα μέσα στο σώμα και το σώμα μέσα στην κουλτούρα

Βρίσκοντας το Διαπολιτισμικό μας Έδαφος

Ένα Απαραίτητο Στοιχείο στις Σωματικές Ψυχοθεραπείες του 21ου Αιώνα

Carmen Joanne Ablack

Abstract

Αυτό το άρθρο ενώνει και επεκτείνεται σε σχέση με ένα εύρος θεμάτων-κλειδιών και ιδεών, τα οποία ερευνήθηκαν για πρώτη φορά σε δύο ξεχωριστές ομιλίες που δόθηκαν από την συγγραφέα και τονίζουν την σημασία του διαπολιτισμικού εδάφους στη σωματική και somatic ψυχοθεραπεία. Αφότου μίλησε στο Συνέδριο του Ευρωπαϊκού Συλλόγου Σωματικής Ψυχοθεραπείας (EABP) στο Βερολίνο το 2018 και αργότερα την ίδια χρονιά παρουσίασε μία εναρκτήρια, κύρια ομιλία στο Συνέδριο του Συλλόγου Σωματικής Ψυχοθεραπείας των Ηνωμένων Πολιτειών (USABP) στην Καλιφόρνια, η συγγραφέας διερευνά τις μακροκλίμακες της κουλτούρας και της πολυπολιτισμικότητας, κοινωνικές και κοινωνικοοικονομικές σκέψεις, πολιτικές παραδόσεις και μικροκλίμακες των σημαδιών, των συμβόλων, των ρυθμών, της

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algarari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

δημιουργικότητας, των κοινωνικών συμπτωμάτων και της προσωποποίησης, τα οποία οδηγούν στην ιδέα του διαπολιτισμικού εδάφους. Σε όλο το κείμενο, η συγγραφέας ασχολείται με τα προβλήματα και τις δυνατότητες και της σωματικής ψυχοθεραπείας και της somatic ψυχοθεραπείας με ένα συγκεκριμένο στόχο στα οργανωτικά, στους εξασκόντες, στην άσκηση και στα εποπτικά επίπεδα στο γενικότερο πλαίσιο του ευρύτερου κόσμου.

Λέξεις-κλειδιά: Διάλογος, προσωποποίηση, διαπολιτισμικός, έδαφος, συσχετιστικός

Αγγλικά Χαμόγελα, Ιταλικοί Ώμοι, και ένας Γερμανός Θεραπευτής

Julianne Appel-Opper

Abstract

Σε αυτό το άρθρο θα ήθελα να τονίσω πως τα σώματα επικοινωνούν μεταξύ τους. Οι ρυθμοί και οι μελωδίες του πώς τα σώματα κινούνται είναι τόσο συναρπαστικές; λέγονται τόσα πολλά πριν καν μιλήσουμε. Τί μπορεί να επικοινωνηθεί από έναν ακίνητο ώμο, από ένα βλέμμα που στρέφεται αλλού, ή μία ανεπαίσθητη κίνηση του δαχτύλου; Πώς γίνεται να ακούγεται ένα σώμα σαν μία ορχήστρα, η οποία παίζει διαφορετικές μελωδίες ανάλογα με την έμφυτη γνώση του σχετίζεσθαι; Πώς διαμορφώνονται αυτοί οι τόνοι, οι οξύτητες και οι μελωδίες από το πολιτισμικό υπόβαθρο; Θα μπορούσα εγώ ως Γερμανίδα να καταλάβω έναν Ιταλικό ώμο ή ένα Αγγλικό δάχτυλο;

Καθόλη την κλινική μου πρακτική ως μία ενωτική Gestalt και συσχετιστική ψυχοδυναμική ψυχοθεραπεύτρια, έχω ερευνήσει και μελετήσει αυτές τις ενδοσωματικές διαδικασίες: Αυτά που λέμε χωρίς να μιλάμε και αυτά που βλέπουμε χωρίς να κοιτάμε. Ήθελα να ανοιχτώ και να ακούσω αυτές τις επικοινωνίες χωρίς λόγια, αλλά πάνω απ'όλα ήθελα να βρώ έναν τρόπο να απαντώ στην ίδια γλώσσα. Ήθελα να υγροποιήσω και να μετακινήσω παγωμένες κινήσεις οι οποίες κρατιούνται στο σώμα με ασφαλή τρόπο, να ακουμπάω από απόσταση ασφαλείας χωρίς να έρχομαι σε επαφή με τον άλλο.

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algafari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Λέξεις-κλειδιά:: έμφυτες σώμα προς σώμα επικοινωνίες , πολιτισμικοί ρυθμοί και μελωδίες, ενσάρκωμένες παρεμβάσεις και πειράματα

"Αν με κάνεις αδερφή,θα σε σκοτώσω!!"

**Σωματική Ψυχοθεραπεία και ο Δυνητικός Ρόλος της
Να Βοηθήσει “Αληθινούς Άντρες” Να Γίνουν Αληθινοί Άντρες**

Marc Rackelmann

Abstract

Το άρθρο εξετάζει αυτά που χρειάζεται να λαμβάνονται υπόψιν για την σωματική ψυχοθεραπεία με άντρες πελάτες. Αγγίζει τη διαφωνία σχετικά με τον αντρισμό και παρουσιάζει μία επισκόπηση της έρευνας σχετικά με το ερώτημα γιατί η σύγχρονη ψυχοθεραπεία δεν είναι κατάλληλη για πολλούς άντρες και ποιά είναι τα χαρακτηριστικά που χρειάζεται να έχει η ψυχοθεραπεία προκειμένου να είναι κατάλληλη για άντρες. Αυτά τα ευρήματα εφαρμόζονται στη συνέχεια σε κατάλληλη για άντρες ψυχοθεραπεία και αποτυπώνονται με σύντομες περιγραφές υποθέσεων. Το άρθρο προσφέρει ακόμη κάποιο αυτοστοχασμό σχετικά με θέματα που ενδέχεται να προκύψουν όταν δουλεύει κανείς με ετεροφυλόφιλους ή ομοφυλόφιλους πελάτες ως ετεροφυλόφιλος ή ομοφυλόφιλος σωματικός ψυχοθεραπευτής. Ο συγγραφέας υποστηρίζει ότι η σωματική ψυχοθεραπεία με την έμφαση στη ενότητα του σώματος και της ψυχής ,την πρακτική προσέγγιση και την ικανότητα της να συμφιλιώνει τη νόηση με το συναίσθημα, φαίνεται να είναι ιδανική για τη δουλειά με άντρες- εφόσον εφαρμοστούν συγκεκριμένες ρυθμίσεις για την αντρική πελατεία.

Λεξεις-κλειδιά: Αντρισμός, φύλο, ψυχοθεραπεία κατάλληλη για άντρες , έρευνα ψυχοθεραπείας ,σωματική ψυχοθεραπεία με άντρες

**Γυναικεία Σεξουαλική Αντικειμενοποίηση και η Ευνουχισμένη Θηλυκότητα
Υπεν-Θύμιση την Ενσωματωμένης Νόησης**

Maryanne Comaroto and Rebecca Pottenger

Abstract

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algafari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

INTERNATIONAL BODY PSYCHOTHERAPY JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Αναδυόμενο από την βαθιά ανησυχία για τη συχνότητα της ψυχολογικής και σωματικής βίας ενάντια των γυναικών, αυτό το άρθρο συνδυάζει θεωρίες που υπογραμμίζουν μία σωματική προσέγγιση ή μία προσέγγιση του Jung προκειμένου να γίνει αντιληπτή η γυναικεία σεξουαλική αντικειμενοποίηση ως πολιτισμικό σύμπλεγμα. Θέτει το διαχωρισμό μυαλού- σώματος εντός των πατριαρχικών παραδόσεων και η γυναικεία σεξουαλική αντικειμενοποίηση έχει προκαλέσει την έλλειψη επικοινωνίας με την ενσωματωμένη εμπειρία και γνώση και έχει εκχυλίσει τις σχέσεις μας με τον εαυτό, με τους άλλους και το περιβάλλον με τραυματογενή συνέπειες. Η έρευνα ρίχνει φώς στη γυναικεία σεξουαλική αντικειμενοποίηση ως κανονικοποιημένη παράδοση συμπλέγματος και την αυτο-αντικειμενοποίηση ως στρατηγική για την κοινωνική ένταξη και ασφάλεια. Η έρευνα δείχνει προς την κατεύθυνση της σωματικά επικεντρωμένης ομάδας έρευνας ως μία αποτελεσματική διαδικασία προκειμένου να ευαισθητοποιήσουν σχετικά με τις συνέπειες της γυναικείας σεξουαλικής αντικειμενοποίησης και την κανονικοποίηση και την εσωτερίκευση. Ο αυθορμητισμός μίας εκφραστικής κίνησης και η διαδικασία στοχασμού σε μικρές ομάδες διευκόλυνε την επαφή με το somatic υποσυνείδητο και την ενσωματωμένη γνώση των γυναικών. Αυτό περιελάμβανε ευαισθητοποίηση σχετικά με τις εμπειρίες των γυναικών και την εσωτερίκευση της γυναικείας αντικειμενοποίησης. Ακόμη, οι γυναίκες απέκτησαν πρόσβαση και ενσωμάτωσαν ενέργειες του θυληκού που προάγουν μεσολάβηση και αυτεπάρκεια.

Λέξεις-κλειδιά: σεξουαλική αντικειμενοποίηση, αρχετυπικό θηλυκό, ενσωματωμένη γνώση, πολιτιστικό υποσυνείδητο, πατριαρχική κουλτούρα, somatic υποσυνείδητο, μετα Jungian πολιτιστική θεωρία, ενσώματη εμπειρία.

Η πρακτική της Σωματικής Ψυχοθεραπείας και Ψυχολογίας

Κάνοντας την Σωματική Ψυχοθεραπεία Πιο Αποτελεσματική

Anne Isaacs and Joel Isaacs

Abstract

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algafari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Στην εν εξελίξει προσπάθεια να κάνουμε τη somatic ψυχοθεραπεία πιο αποτελεσματική, έχουμε αναγνωρίσει και εξαλείψει έναν αριθμό εμποδίων και περιορισμών της θεραπευτικής διαδικασίας όπως εφαρμόζεται συνήθως. Χρησιμοποιώντας την Bodynamic προσέγγιση, αυτό έχει οδηγήσει στην τακτική βελτίωση του θεραπευτικού αποτελέσματος στην δουλειά μας με αναπτυξιακές διαταραχές.

Λέξεις-κλειδιά: Bodynamics, somatic ψυχοθεραπεία, αναπτυξιακές διαταραχές, αναπτυξιακό τραύμα, (πιο) αποτελεσματική ψυχοθεραπεία, (απομακρύνοντας) εμπόδια στη ψυχοθεραπεία, βελτιωμένα θεραπευτικά αποτελέσματα

Σωματική Εργασία με τα Όνειρα

Χρησιμοποιώντας την εστίαση (Focusing) προκειμένου να βρεθεί η πηγή ζωής η οποία είναι έμφυτη στα όνειρα

Leslie A. Ellis

Abstract

Η εύρεση και η ενσάρκωση της πηγής ζωής ή αλλιώς 'βοήθειας' μέσα σε ένα όνειρο είναι η κεντρική μέθοδος της εξοικείωσης με βάση την εστίαση ,νοητική διαδικασία δημιουργίας ονείρου. Αυτό το άρθρο παρουσιάζει σύντομα την εστίαση (Gendlin, 1978/1981) και την εφαρμογή του στη νοητική διαδικασία δημιουργίας ονείρου και παρέχει ένα παράδειγμα υπόθεσης με απομαγνητοφωνημένο κείμενο σχετικά με το πώς να οδηγήσει κανείς αυτόν που ονειρεύεται να βρει τη δύναμη ζωής ενός δυσάρεστου ονείρου. Η μέθοδος της ενσάρκωσης της δύναμης ζωής του ονείρου παρέχει σε αυτόν που ονειρεύεται μία ενσωματωμένη πηγή η οποία μπορεί να είναι ένα τέλος από μόνη της και μπορεί ακόμη να διευκολύνει την δουλειά με πιο προκλητικές πλευρές των ονείρων και των εφιαλτών .Η έρευνα και τα κλινικά παραδείγματα υποστηρίζουν την χρήση αυτής της τεχνικής στην κλινική πρακτική και παρουσιάζουν πώς μπορεί να προσφέρει κλινικά σημαντική ανακούφιση από αναστάτωση από εφιάλτες και άλλα συμπτώματα του PTSD.

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algafari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Λέξεις-κλειδιά: Dreamwork, εστίαση, εφιάλτης, ενσάρκωση, ψυχοθεραπεία

Εργασία με το τραύμα

Το Πρωτόκολλο του Χάρτη Σώματος Ενσωματώνοντας τη Θεραπεία μέσω της Τέχνης και Εστιάζοντας στη Θεραπεία των Ενηλίκων με Τραύμα

Darcy Lubbers

Abstract

Το BMP ενσωματώνει the modalities της συγκέντρωσης και της θεραπευτικής έκφρασης μέσω της τέχνης, και utilizes the outline του σώματος ως δοχείο. It was administered σε εννέα ενήλικες, ο καθένας εκ των οποίων λάμβανε θεραπεία την περίοδο της έρευνας. Ακολουθώντας τις αρχές του πρωτοκόλλου, πραγματοποιήθηκαν ιδιωτικές, ημι-δομημένες συνεντεύξεις προκειμένου να διερευνηθεί το έργο και η ωντανή εμπειρία του κάθε ασθενή του BMP. Interpretive Phenomenological Analysis (IPA) was applied to transcripts των ημι-δομημένων συνεντεύξεων και έργων τέχνης. Το πρόγραμμα NVivo-Pro 11 αξιοποιήθηκε από τους ερευνητές προκειμένου να διερευνήσουν τα πρωταρχικά θέματα που προέκυπταν. Η έρευνα κατέληξε σε θετικά αποτελέσματα, όπως αυτά εκφράστηκαν μέσω των ημι-δομημένων συνεντεύξεων και έργων τέχνης των συμμετεχόντων, παρέχοντας έτσι τη βάση και το κίνητρο για τη συνέχιση των ερευνών σχετικά με το τραύμα με αυτό το πρωτόκολλο.

Οι τονισμένες πλευρές της σωματικής ψυχοθεραπείας περιλαμβάνουν: 1.) νευροεπιστήμη: υπογραμμίζοντας την αποτελεσματικότητα των τρόπων της μη-λεκτικής επικοινωνίας στην θεραπεία του τραύματος 2.) διευκόλυνση της ενσωμάτωσης, της αυτο-ρύθμισης, και της πρόσβασης σε ασυνείδητο υλικό μέσω ενός ολοκληρωμένου πρωτοκόλλου 3.) διάθεση ενός ασφαλούς χώρου για συναισθηματική/ψυχολογική θεραπεία 4.) και μετακίνηση πέραν της μείωσης συμπτώματος προς την κατεύθυνση της θεραπείας του τραύματος.

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algarari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

Λέξεις-κλειδιά: θεραπεία με την τέχνη, σωματική ψυχοθεραπεία, σωματική ψυχολογία, εστίαση, τραύμα

Ενσωμάτωση των Τραυματικών Εμπειριών

Homayoun Shahri

Abstract

Σε αυτό το κείμενο, θα κάνω μία σύντομη ανάλυση των τραυματικών αναμνήσεων που βασίζονται στη νευρολογία και τη θεωρία της πληροφορίας. Βασιζόμενος στη νευρολογία και την θεωρία της πληροφορίας, θα παρουσιάσω μία νέα τεχνική η οποία ενδεχομένως να οδηγήσει στην ολοκλήρωση των διαιρεμένων τραυματικών αναμνήσεων. Η τεχνική που παρουσιάζεται, βασίζεται στην επιβράδυνση της διαδικασίας ανάκλησης της τραυματικής μνήμης αλλά και στην πρόσθεση νέων πληροφοριών κατά τη διάρκεια της ανάκλησης, οι οποίες ενδέχεται να οδηγήσουν στην επανακωδικοποίηση αυτών των μνημών κα τά τη διάρκεια της περιόδου αποδοχής. Οι τελικές, επαναπροσδιορισμένες μνήμες φαίνεται να διαρκούν για πολύ μεγάλο διάστημα.

Λέξεις-κλειδιά: νευρολογία, τραύμα, μνήμη, θεωρία της πληροφορίας, επανακωδικοποίηση, αποδοχή

ΔΟΥΛΕΥΟΝΤΑΣΜΕ ΤΟ ΤΡΑΥΜΑ ΧΩΡΙΣ ΤΟ ΔΡΑΜΑ: ΚΑΚΟΠΟΙΗΜΕΝΟΣ ΚΑΙ ΑΚΟΜΗ

ΖΩΝΤΑΝΟΣ

Will Davis

Abstract

Υπάρχουν δύο σχετιζόμενα μοτίβα για να δουλέψει κανείς ασφαλώς με πελάτες που έχουν υποστεί τραύμα. Αρχικά θα κάνω εισαγωγή σχετικά με το πώς μία λειτουργική προσέγγιση επιτρέπει την πιθανότητα να μην είναι απαραίτητο να δουλέψουμε μέσω επαναβίωσης σε ένα ασφαλές θεραπευτικό περιβάλλον ή να έχουμε γνώση του τραύματος προκειμένου να είμαστε ελεύθεροι από αυτό. Είναι δυνατόν να θεραπευτούν οι ασθενείς με τραύμα κάτω

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

απο τις άμυνες , δουλεύοντας με το «αβλαβές» ενδο-εαυτό που υπάρχει πριν το τραύμα. Το δεύτερο θέμα είναι ένα πρακτικό μοντέλο σχετικά με το πώς να καταλάβουμε αυτό το απίθανο φαινόμενο λαμβάνοντας υπόψιν ότι φαίνεται να πηγαίνει ενάντια στις βασικές θεραπευτικές αρχές που αναφέρονται πιο πάνω.

Λέξεις-κλειδιά: Reich, instroke, τραύμα, ενδο-εαυτός, δυαδική φύση των σχέσεων, λειτουργικό μοντέλο

Έρευνα

Προς ένα μέσω του Σώματος Ενημερωμένο Μοντέλο Στην Ενσωματωμένη Έρευνα Jennifer Frank Tantia

Abstract

Η somatic ψυχοθεραπεία έχει εφαρμοστεί για 80 χρόνια χωρίς να την συνοδεύει η συμβολή της ουσιώδους έρευνας. Λόγω της επικεντρωμένης στην πράξη φύση του τομέα, οι περισσότεροι σωματικοί ψυχοθεραπευτές είχαν μία πιο πλήρη εκπαίδευση στην πράξη αντί να ασχοληθούν με τον πλούτο της επιστημονικής αναζήτησης. Αυτό δημιούργησε μία αδυναμία στον τομέα , και καθυστέρησε την ανάπτυξη της σωματικής ψυχοθεραπείας ως μία έγκυρης και βασισμένης στις αποδείξεις θεραπεία της πνευματικής υγείας. Παρόλο που υπάρχει ένα πολύ μεγαλύτερο θέμα το οποίο περιλαμβάνει εκπαιδευτική και κοινοτική υποστήριξη, αυτό το άρθρο συζητάει τους τρόπους με τους οποίους τα ίδια στοιχεία που είναι διακριτά μέσα στην θεραπεία στην somatic ψυχοθεραπεία μπορούν να είναι μία πολύτιμη πηγή για να αναπτυχθούν οι somatically ενημερωμένες, ενσωματωμένες ερευνητικές μέθοδοι. Θα συζητήσει ακόμη γιατί οι embodied ερευνητικές μέθοδοι είναι κύριες για το τωρινό πνεύμα της εποχής (*Zeitgeist*), και πώς οι ενσωματωμένες πρακτικές εντός του ερευνητικού παραδείγματος είναι ύψιστης σημασίας για την εξερεύνηση φαινομένων όπως είναι η ταυτότητα φύλου, οι πολιτιστικές διαφορές, η καταπίεση, τα ιατρικά ανεξήγητα φαινόμενα,

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algafari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

υπαρξιακή πνευματική υγεία, και άλλα θέματα που είναι ακόμη ελάχιστα διερευνημένα μέσω τωρινών ερευνητικών μεθόδων.

Λέξεις-κλειδιά: ενσωμάτωση , ενσωματωμένες ερευνητικές μέθοδοι, ενσωματωμένη έρευνα, πνευματική υγεία, Ψυχοσωματική υγεία

Κατάθλιψη και Σωματική Ψυχοθεραπεία

Μία ποιοτική έρευνα από μία ανθεκτική οπτική

Christina Bader Johansson

Abstract

Ο στόχος αυτής της ποιοτικής έρευνας ήταν να ανακαλύψει με ποιό τρόπο οι σωματικοί ψυχοθεραπευτές περιγράφουν αυθόρμητα τις πεποιθήσεις τους σχετικά με το τί μας κρατάει υγιείς, ποιές πολύτιμες μεθόδους χρησιμοποιούν και ποιά σημάδια ανάρρωσης αναγνωρίζουν όταν δουλεύουν με καταθλιπτικούς πελάτες. Στην μέθοδο της Grounded Theory, οι επιστημονικές έρευνες αλλά και οι ανοιχτές ερωτήσεις έγιναν παράλληλα η μία με την άλλη. Οι ανοιχτές ερωτήσεις στάλθηκαν στα μέλη της CH-EABP, (Swiss National Association of the European Association of Body Psychotherapy, EABP). Οι γραπτές απαντήσεις στις προτάσεις τους για τις χρήσιμες θεραπευτικές μεθόδους και τα σημάδια της ανάρρωσης απο την κατάθλιψη αναλύθηκαν με την μέθοδο της συνεχούς σύγκρισης με έναν ανοιχτό και αξονικό προγραμματισμό. Οι τέσσερις βασικές κατηγορίες απαντήσεων από τους σωματικούς ψυχοθεραπευτές, οι οποίες σχηματίζουν μία βασική έννοια ήταν: 1) Σύνδεση και θεραπευτική συμμαχία 2) Σωματική επίγνωση 3) Η Επαφή με την θλίψη κάνει δυνατή την υγιή, δημιουργική επιθετικότητα και 4) Αυτοέλεγχο και ρυθμό. Αυτή η έρευνα, σύμφωνα με τις απαντήσεις των θεραπευτών, δείχνει πως οι σωματικοί ψυχοθεραπευτές έχουν εργαλεία προκειμένου να δουλέψουν προς μία ανθεκτική κατεύθυνση ,υπονοώντας οτι θα χρειαστεί να ακολουθήσουν πειραματικές έρευνες .

Λέξεις-κλειδιά: Κατάθλιψη, σωματική ψυχοθεραπεία, αντοχή, θεραπευτική συμμαχία, σωματική αντίληψη, θλίψη , υγιής επιθετικότητα

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algafari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

Διεπιστημονική προσέγγιση

Σεξουαλική Ευχαρίστηση στο Φώς της Διποκειμενικότητας ,της Νευροεπιστήμης, της Βρεφικής Έρευνας,της Συσχετιστικής Ψυχοανάλυσης και της Αναγνωριστικής Θεωρίας

Lawrence E. Hedges

Abstract

Σε αντίθεση με άλλα είδη, οι άνθρωποι μπορούν να βιώσουν σεξουαλική ευχαρίστηση ως μία διποκειμενικά πετυχημένη αίσθηση της διαπροσωπικής ένωσης ,ένα φαινόμενο που είναι ξεχωριστό από άλλες μορφές σεξουαλικής εμπειρίας. Οι βρεφικές έρευνες επιδεικνύουν πως η ανθρώπινη ικανότητα για διποκειμενικότητα είναι παρούσα στη γέννηση.Συναισθηματική επικοινωνία από δεξιό εγκέφαλο προς δεξιό εγκέφαλο μπορεί να επιτευχθεί μεταξύ βρέφους και φροντιστή μέσω της καλλιέργειας περίπλοκων διαδικασιών κοινής συναισθηματικής εναρμόνισης και ρύθμισης – δίνοντας έτσι βάση στις αμοιβαίες ψυχολογικές και ψυχοσωματικές εμπειρίες κοινής ευχαρίστησης. Τα ανθρώπινα πολυγαστρικά νεύρα επιτρέπουν την γενετικά- ορμώμενη ανταπόκριση των νευρών της ασφάλειας και του κινδύνου-της εν δυνάμει απόλαυσης και του πόνου — στις ανθρώπινες σχέσεις. Θεωρίες αναγνώρισης και σύνδεσης διευκρινίζουν πώς αυτές και άλλα αρχέγονα ανθρώπινα συστήματα αντίδρασης μπορούν να καλλιεργηθούν προς μία κοινή απόλαυση κατά τη βρεφική ηλικία και την πρώιμη παιδική ηλικία. *Η διαπροσωπική ευχαρίστηση είναι θεμελιώδης για τις επόμενες εμπειρίες αμοιβαίας και κοινής σεξουαλικής ευχαρίστησης η οποία συνοδεύεται απο μία αίσθηση ψυχολογικής εναρμόνισης και ένωσης.*

Λέξεις-κλειδιά: Σεξουαλική ευχαρίστηση, σεξουαλικός,διποκειμενικότητα, νευροεπιστήμη , και για έρευνα, αναγνώριση Siri, Relational ψυχοθεραπεία

Η Αρχή του Ελάχιστου Ερεθίσματος στην Αυτοδημιουργικές Διαδικασίες της Βιο-Ενεργητικής Αυτο-Ρύθμισης,της Σύνδεσης και της Ενσωμάτωσης

Beatrice Casavecchia

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algarfi
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

Abstract

Αυτό το κείμενο παρουσιάζει το παράδειγμα της Θεωρίας των Κβαντικών Πεδίων εφαρμοσμένη σε ζωντανά συστήματα και την Orgone ενεργεια όπως αναπτύχθηκε από τον Wilhelm Reich αλλά και από την Eva Reich εντός του σχηματισμού της ,της Gentle Bioenergetics.

Ο Reich ανέπτυξε την υπόθεση ενός υποσυνείδητου σταθεροποιημένο στο σώμα ,το οποίο είναι η ρίζα και η κινητήριος δύναμη της λίμπιντο και δημιούργησε μία ενεργειακή προσέγγιση σε μία παλλόμενη σωματική ψυχή. Ανακαλύψε μία ακριβή διαδικασία εμπλοκής μεταξύ της σωματικής και της πνευματικής ευημερίας.

Λέξεις-κλειδιά: Κβαντική φυσική δυναμική , neg-entropy, αρχή του ελάχιστου ερεθίσματος, quantum coherent state, orgone ενέργεια, connective tissue matrix, αυτοδημιουργικές διαδικασίες, αυτο-οργανωτική δυναμική.

Η Βιοανάδραση ως Βιώσιμη Somatic Τυπικότητα Για το τραύμα και τις Σχετικές Συννοσηρότητες

Μία Νέα Μεθοδολογία

Cynthia Kerson

Abstract

Η βιοανάδραση είναι μία συμπεριφορική τυπικότητα που επικεντρώνεται στην διασύνδεση μεταξύ ψυχολογικών και ψυχολογικών φαινομένων σε αληθινό χρόνο. Οι κύριες προϋποθέσεις είναι η συναισθηματική και η διανοητική συμπεριφορά να γεννούν την φυσιολογική συμπεριφορά και αντίστροφα, και η συνειδητή σύνδεση μεταξύ των δύο να αυξάνει την θεραπεία. Για να επιτευχθεί αυτή η εκμάθηση ,ο πελάτης προπονείται να χρησιμοποιεί το αποτελεσματικό ,μαθητικό μαθησιακά μοντέλα ενώ καταγράφονται ο καρδιακός παλμός, ο ρυθμός αναπνοής, η περιφερική θερμοκρασία, η μυική δραστηριότητα, ηλεκτροδερματική δραστηριότητα, και/ ή εγκεφαλικά κύματα. Η κάθε τυπικότητα σχετίζεται μοναδικά με το άτομο, και είναι ικανότητα αυτού που το εφαρμόζει να γνωρίζει ποιά πρέπει να εκπαιδεύσει προκειμένου να βελτιώσει τη

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algafari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

ψυχολογική διαδικασία και να ενθαρρύνει την πνευματική,κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη. Αυτό το κείμενο εξερευνά αυτές τις τυπικότητες και τις καλύτερες χρήσεις τους .

Λέξεις-κλειδιά : βιοανάδραση, νευροανάδραση, applied ψυχοφυσιολογία, μαθαίνοντας θεωρία, somatic modality.

Επαγγελματική ηθική

Ηθική και Ήθος ως Απαραίτητα Στοιχεία of Professionalization of Body Psychotherapy

Ulrich Sollmann

Abstract

Η ηθική στο τομέα της (σωματικής) ψυχοθεραπείας είναι μία απαραίτητη οδηγία. Η εφαρμογή των ηθικών κατευθυντήριων γραμμών και ο αποδεκτός χειρισμός στην αντιμετώπιση των παραβάσεων αυτών των οδηγιών πρέπει να είναι βασικό στοιχείο στον ψυχοθεραπευτικό τομέα ,στην ομαδική θεραπευτική πρακτική ,στη σχέση θεραπευτή-ασθενή ,ή στη θεραπευτική επιστήμη. Παρόλα αυτά ,μία αμερόληπτη ηθική πρακτική είναι απαραίτητη σχετικά με τη διαχείριση ενός θεραπευτικού οργανισμού,ειδικά σε μικρότερους οργανισμούς. Μία σύγκρουση τάσεων μπορεί γρήγορα να οδηγήσει σε εκμετάλλευση δύναμης. Η ψυχοθεραπεία είναι αφενός, μία συγκεκριμένη μορφή βοήθειας προς ανθρώπους που το έχουν ανάγκη σε προσωπικό επίπεδο. Αφετέρου,είναι ένα επάγγελμα, ένα λειτούργημα. Η ανάπτυξη του επαγγέλματος περιλαμβάνει την ανάπτυξη συγκεκριμένων ποιοτικών κριτηρίων,δομών, και κανονισμών για την εκπαίδευση, αλλά και για την κοινωνική σταθεροποίηση της δραστηριότητας και της αναγνώρισής της.Αυτό περιλαμβάνει την επαγγελματικοποίηση. Η οποία γίνεται αντιληπτή ως ανάπτυξη μιας γενικότερης ηθικής και προσωπικού ήθους. Και οι δύο είναι συστήματα αρχών τα οποία δίνουν προσανατολισμό και στον θεραπευτή και στον ασθενή. Ο επαγγελματικός και προσωπικός (αυτο-)στοχασμός είναι κρίσιμης σημασίας

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algafari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org

INTERNATIONAL **BODY PSYCHOTHERAPY** JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Published by the European and United States Associations for Body Psychotherapy and Somatic Psychology

για αυτό. Η ανάπτυξη ενός ηθικού κώδικα επηρεάζει ακόμη την διατήρηση και την αξιοπιστία της επιστήμης της ψυχολογίας.

Λέξεις-κλειδιά: Ηθικές κατευθυντήριες γραμμές, ηθική, σωματική ψυχοθεραπεία, ψυχοθεραπεία, επαγγελματικοποίηση, σχέση θεραπευτή-ασθενή, αγώνας δύναμης, επιστήμη, ποιοτικά κριτήρια, έγκριση

Η BP σε όλο τον κόσμο

Σωματική Ψυχοθεραπεία στην Αυστραλία

Ernst Meyer

Abstract

Οι σωματικές ψυχοθεραπείες εμφανίστηκαν στην Αυστραλία προς το τέλος της δεκαετίας του 1970 και τα εκπαιδευτικά προγράμματα καθώς και οι επαγγελματικοί συνεταιρισμοί καθιερώθηκαν από το 1980 και έπειτα. Παρόλο που ο τομέας ήταν ήδη αναγνωρισμένος, δεν είχε δημιουργηθεί ανώτερος σύνδεσμος προκειμένου να φέρει κοντά τις διαφορετικές προσεγγίσεις. Ο ρόλος της somatic ψυχοθεραπείας στην Αυστραλία εξασθένησε λόγω των εσωτερικών διαμαχών στον τομέα, ενώ εξωτερικές - οικονομικής φύσεως - πιέσεις έκαναν την παράδοση της εκπαίδευσης και την άσκηση σε ιδιωτικό γραφείο λιγότερο δυνατή. Αυτή τη στιγμή γίνεται συζήτηση σχετικά με την ίδρυση ενός σωματείου, δημιουργία μίας πλατφόρμας για τον τομέα προκειμένου να ανασυγκροτηθεί και να υπενθυμίσει στον εαυτό του και τους άλλους την αξία του.

Λέξεις-κλειδιά: σωματική ψυχοθεραπεία, Jeff Barlow, Αυστραλία, η τυραννία της απόστασης

Contact IBPJ: Editor in Chief: Madlen Algafari
Deputy Editor: Aline LaPierre
Managing Editor: Antigone Oreopoulou

editorinchief@ibpj.org
deputyeditor@ibpj.org
managingeditor@ibpj.org