

Специальный выпуск к 20й Годовщине

КРАТКИЕ ОБЗОРЫ - ОСЕНЬ/ЗИМА 2020

ИНТЕРВЬЮ

Специальный выпуск к 20й Годовщине

Мудрость наших Основателей

Беседа с Жаклин А. Карлтон и Джилл ван дер Аа

***Мадлен Алгафари • Алин ЛаПьер; Антигона Ореопулу • Кристина
Богданова***

Чтобы отпраздновать 20 ти-летнюю годовщину, наша редакция решила представить читателям двух основателей Журнала: Д-ра Жаклин А. Карлтон, первого редактора журнала Телесной Психотерапии США, и первого главного редактора ЕАТП, Джилл ван дер Аа, которые возвращали Журнал и направляли его развитие в сторону взросления. Мы спросили их об источнике их вдохновения и увидели двух женщин, связанных взаимным уважением, которые годами работали вместе с приносящей радость увлеченностью. Их поддерживала глубокая вера в важность телесной психотерапии и соматической психологии и вдохновляли творческие дискуссии в разнообразном поле в поисках точек соприкосновения.

НАШИ КОРНИ

Телесная Психотерапия: Прошлое и Будущее

Луиза Барбато

Краткий обзор

Телесная психотерапия существует на протяжении практически 100 лет. За это время обширные исследования и богатое разнообразие клинических практик поддерживали ее развитие. Какие точки соприкосновения существуют между различными ее

направлениями? Каковы последние научные открытия, которые подтверждают клинический опыт? Каковы новые клинические практики? Автор предлагает первоначальный обзор таких важных вопросов.

Ключевые слова: телесная психотерапия, функционализм, целостность, интеграция, нейронаука, майндфулнесс

Энергия в Современном Райхианском Анализе
Дженовино Ферри и Джузеппе Чимини

Краткий обзор

Авторы размышляют о понятиях энергии и их специфическом применении с последующим изучением литературы по данной теме сначала с исторической точки зрения, а затем с Райхианской. Далее будет представлен *негэнтропический системный* код, который можно использовать для соответствующей интерпретации понятия энергии в современном Райхианском анализе и в контексте его диалогов с нейронаукой.

Ключевые слова: энергия, сложные живые системы, негэнтропия, стрела времени, психотерапия, оргон, Райхианский анализ.

ПРЕДСТАВЛЕНИЕ СЛУЧАЯ

Тело Стыда
Слушая Страстное Желание¹
Дэниэлль Тэннер

Краткий обзор

Целью данной работы является исследование темы стыда, воплощенного в теле, посредством представленного клинического случая с точки зрения реляционного

телесного психотерапевта. Ключевые темы стали очевидны при помощи этого терапевтического путешествия. Во-первых, тело стыда развивается в ответ на знакомые паттерны поведения, разрывы в отношениях и социальное пристыжение. Во-вторых, тело стыда может также оказывать трансгенерационное воздействие и в этом случае приводит к обширным и разрушающим последствиям. В свою очередь реляционный подход отходит от классической психоаналитической парадигмы, которая рассматривает стыд как признак незрелости. Данная работа вносит вклад в развивающуюся теорию и практику реляционной психотерапии, которая говорит о том, что для излечения телу стыда необходима внешняя поддержка, нейробиологический подход в психологическом лечении и внутреннее подтверждение желаний.

Ключевые слова: Стыд, боль, тело, реляционный, нейробиологический

ИССЛЕДОВАНИЯ

Процессуально-ориентированная Психология

Работа с Телесными Симптомами

Барбора Седлакова, PhD, Магистр

Кафедра психологии, Факультет искусств, Университет Палацкого Оломоуц, Чехия*

Томас Доминик, PhD, Магистр

Кафедра психологии, Факультет искусств, Университет Палацкого Оломоуц, Чехия

Марек Коларик, PhD, Доктор

Кафедра психологии, Факультет искусств, Университет Палацкого Оломоуц, Чехия

Краткий обзор

Цель. Данная научная работа посвящена исследованию влияния процессуально-ориентированной психологии при работе с телесными симптомами на тяжесть симптомов клиентов, их благополучие и удовлетворение.

Метод. Мы использовали аддитивный дизайн. Количественные повторные измерения были получены от 67 участников, случайным образом распределенных в экспериментальную и контрольную группы. Тридцать пять участников из экспериментальной группы прошли экспериментальные сессии с использованием процессуально-ориентированной психологии и заполнили опросники непосредственно до, после и через неделю после сессии. Тридцать два участника контрольной группы дважды заполняли опросники - с разницей в неделю без прохождения сессии в это время. Для сбора данных мы использовали следующие методики: Краткий Опросник Симптомов (BSI), Клинические Исходы в Рутинной Оценке - Измерение Исходов (CORE-OM), Симптоматический Опросник (ŠIP) и Шкала оценки результата (ORS). Результат воздействия процессуально-ориентированной психологии оценивался с использованием двустороннего дисперсионного анализа для повторных измерений (a two-way ANOVA for repeated measures), дополненным апостериорным тестом Тьюки и описательной статистикой по шкалам субъективной оценки сессий.

Результаты. По сравнению с контрольной группой клиенты в экспериментальной группе показали субъективное облегчение обозначенных симптомов, значительно большие улучшения в субъективном ощущении благополучия и более высокую степень удовлетворенности (личной, в отношениях, в обществе, в целом) после сессии.

Заключения. Процессуально-ориентированная психология при работе с телесными симптомами кажется эффективной с точки зрения уменьшения тяжести субъективно обозначенных симптомов и повышения ощущения благополучия и чувства удовлетворения.

Ключевые слова: Процессуально-ориентированная психология, Процессуальная работа, телесные симптомы, психосоматика, психотерапия

ТП И СП НА ПРАКТИКЕ

Ранящая Матка

Исцеление Перинатальной Травмы

Кэрин Б. Уилнер

Краткий обзор

В данной работе представлена информация о внешних стрессовых факторах, которые оказывают воздействие на плод в утробе, как например, война или насилие со стороны родителей, и внутренних стрессовых факторах, например, повышение артериального давления у матери или страх родов. Исследования показывают, что стресс во время перинатального периода может изменять количество белка в генах плода, что приводит к большему количеству психических заболеваний и серьезных проблем со здоровьем во взрослом возрасте по сравнению со случаями отсутствия перинатального стресса. Методы телесной терапии хорошо помогают при регулировании уровня стресса плода, уменьшая симптомы ПТСР, создавая здоровый энергетический поток в теле, исправляя эпигенетические ошибки и создавая новые нейронные связи.

Корректирующие упражнения включают в себя повторение движений плода в утробе, разблокирование зажатых мышц в теле, придание энергии коллапсированным сегментам тела и использование техник, которые запускают неосознанные

воспоминания в правом полушарии мозга, например, управляемое воображение, медитация, гипноз и танец.

Ключевые слова: травма плода, материнская депрессия, эмбриональное происхождение, холистическое консультирование, соматика

Остановись, Дыши и Чувствуй

Подход Телесной Психотерапии к Работе с Персеверацией

Меридит Л. Антонучи

Краткий обзор

Персеверация - ригидный, привычный паттерн повторяющихся мыслей - частый симптом депрессивного, тревожного и других эмоциональных расстройств, связанных с настроением. Персеверацию, включая руминацию и тевогу, исторически всегда было сложно лечить клинически. Большинство методов терапевтического лечения на данный момент состоят в использовании когнитивных техник, направленным сверху-вниз, и фармакологических методов, направленных на уменьшение симптоматики. Персеверация может оказывать когнитивное, аффективное и соматическое воздействие на людей. Устойчивое персеверативное мышление может привести к неблагоприятным состояниям здоровья, связанным с сердечно-сосудистой, автономной и эндокринной системами. Для работы с персеверацией мы предлагаем теоретическую модель телесной психотерапии *Остановись, Дыши и Чувствуй*, которая обращена к соматической регуляции и интероцептивному опыту. Использование таких интервенций телесной психотерапии, как работа с дыханием, может помочь клиентам разорвать циклический паттерн персеверации путем научения присутствию, использования их интероцептивных способностей и идентификации определенных областей тела для улучшения эмоциональной регуляции и саморегуляции.

Ключевые слова: телесная психотерапия, соматическая психология, персеверация, руминация, тревога, осознанное дыхание, эмоциональная регуляция, соматическая регуляция и саморегуляция.

**Реабилитация сексуальных преступников
Пятифазная модель Тело-Разум**

Анджело Авила

Краткий обзор

Лечение сексуальных преступников радикально изменилось с момента появления этой практики. Профилактика рецидива, бихевиоризм и когнитивно-поведенческая терапия на данный момент считаются лучшими подходами в этой области. Эти подходы можно улучшить при помощи интеграции телесной психотерапии, холистической организменно-ориентированной формой клинического лечения. Вместе, телесная психотерапия и когнитивно-бихевиоральная терапия создают взаимодополняющее теоретическое наполнение, которое акцентирует самосознание клиента, развитие навыков и большую способность регулировать аффекты и импульсы. В работе представлена пятифазная модель лечения клиентов, которые совершили сексуальное преступление, с указанием первичных терапевтических целей на каждой стадии и способом применения когнитивно-бихевиоральной и телесной психотерапии. Мы предполагаем, что применение этой модели вместе с теоретической ориентацией может привести к большему терапевтическому успеху в лечении сексуальных преступников.

Ключевые слова: сексуальный преступник, , негативный детский опыт, реабилитация, модель тело-разум

**Соматическая Психотерапевтическая Фасциальная Работа
Обоснование Интеграции Телесной Психотерапии
и Непрямого Миофасциального Релиза
Элизабет С. Лонг**

Краткий обзор

Наблюдение через призму фасциальной системы приводит к возникновению нового понимания телесного панциря и его актуальности в телесной психотерапии. Телесный панцирь сегодня рассматривается как слои фасциальных напряжений и паттерны атрофии, вызванные социально-эмоциональным контекстом и физическими травмами, например, операцией или падением. По этическим соображениям и культуральным табу, что привело к мораторию на исследования в этой области, фасциальная работа и психотерапия существовали по отдельности. Хочет или нет телесный психотерапевт включить миофасциальный релиз в свою работу, клиницистам надлежит ознакомиться с фасциальной системой из-за ее тесной связи с нервной системой. Автор применяет исследование фасций, знакомое телесным специалистам, в телесной психотерапии. Используя пример из практики, автор показывает, что непрямой миофасциальный релиз и практики телесной психотерапии, например, Сенсомоторная Психотерапия, являются возможным полем для интеграции фасциальной работы и телесной психотерапии. Телесные психотерапевты, которым доступно прикосновение, могут

интегрировать фасциальную работу при работе с панцирем. В результате клиенты одновременно обращаются к фасциальным напряжениям и паттернам атрофии, вызванным эмоциональными и физическими событиями, во время сознательного и бессознательного придания смысла.

Ключевые слова: телесный панцирь, телесная психотерапия, фасция, миофасциальный релиз, адаптивное поведение

КУЛЬТУРА В ТЕЛЕ И ТЕЛО В КУЛЬТУРЕ

Мультикультуральная и Социальная Справедливость

Компетенция Консультирования/Взгляд Телесной Психотерапии

Ила Анемон Зиб

Краткий обзор

Растущий объем литературы и образовательных тренингов пропагандирует мультикультурную осведомленность в консультировании. Традиционно обсуждения и критерии культурной компетенции относительно расовой принадлежности фокусируются на влиянии расизма на людей другого цвета кожи и редко когда просят белых консультантов исследовать культурный контрперенос в связи с расовой идентичностью. По данным Министерства здравоохранения и социальных служб США многое еще предстоит сделать для устранения неравенства в услугах по работе с психическим здоровьем, что, по крайней мере частично, можно быть результатом предвзятого отношения консультанта и стереотипов (2001). Данная работа стремится обозначить важность культуральной осведомленности в консультировании и ставит следующие вопросы: Каким образом понятие “воплощение в теле” поддерживает компетенцию мультикультуральной и социальной справедливости? Каким образом

могут соматические направления помочь консультантам понять их контрперенос? Чтобы установить текущую и содержательную основу для обсуждения культурного контрпереноса и равенства в консультировании, в клинической практике пересматриваются определения расы и препятствий на пути к равенству .

Ключевые слова: консультирование, социальная справедливость, культурная осведомленность, белый цвет, телесная психотерапия

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЙ ПОДХОД

Юнгианская Психотерапия и Тело

Эндрю Дж. Хоу

Краткий обзор

В рамках Юнгианской психотерапии тело является парадоксальным. Временами оно описывается как изолированная система со своими драйвами, желаниями и процессами. В других случаях оно связано с разумом и рассматривается как часть психики. Такая амбивалентность передалась и пост- Юнгианцам, в результате чего до недавнего времени аналитическая психология уделяла сравнительно мало внимания телу. В психологии, которая пытается понять сообщения из бессознательного, отказ от тела - это упущенная возможность. Сам Юнг использовал тело и телесные выражения в своей научной и психотерапевтической работе. Однако он не писал на эту тему подробно. Хотя его взгляды и отмечаются некой двусмысленностью, в его работах можно увидеть последовательную теорию, касающуюся разума, тела и их гетерогенности. В этом интервью обсуждается эта теория вместе с отношением Юнгианцев и пост-Юнгианцев к телу. Юнгианский вклад в область телесной психотерапии может предложить новые идеи, учитывая обширную тематику собрания сочинений Юнга.

Ключевые слова: Юнг, Аналитическая Психология, Проблема Разума и Тела, Тело=лесная Психотерапия

Внутренние Семейные Системы
Десенсибилизация и Переработка Информации Движением Глаз
Интегративный Подход для Лечения
Комплексного Посттравматического Стрессового Расстройства

Джиллиан О'Ши Браун Brown

Краткий обзор

Комплексное Посттравматическое Стрессовое Расстройство (КПТСР) диагностическая единица, включенная в Международную классификацию болезней 11-го пересмотра (МКБ-11). Оно обозначает тяжелую форму посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) и является результатом длительной и повторяющейся травмы. КПТСР ассоциируется с широким спектром психопатологических симптомов и выходит за рамки типичных диагностических критериев ПТСР. КПТСР включает в себя ключевые элементы ПТСР, например, повторное переживание опыта, избегание и чрезмерная бдительность с дополнительными симптомами плохой регуляции аффекта, негативной самооценкой и трудностями в установлении и поддержании здоровых межличностных отношений. Десенсибилизация и переработка движением глаз (ДПДГ) и модель Внутренних Семейных Систем (ВСС) разделяют общий подход к лечению, и их интеграция улучшает эффективность обеих модальностей в лечении комплексной травмы. В этой статье исследуется совместное использование ВСС и ДПДГ для лечения КПТСР. ВСС-ДПДГ создает интеграцию современной практики ДПДГ с

моделью ВСС, что обеспечивает ресурсы. В данной статье сначала рассматривается ненадежная привязанность и реляционная травма как диатетические факторы развития КПТСР. Далее в этой статье будет рассмотрено, как травма и возникновение структурной диссоциации влияют на развитие личности через призму ВСС. Наконец, с помощью разбора клинического случая в этой статье будут обсуждаться преимущества интеграции стратегий и языка ВСС в терапию ДПДГ, с особым вниманием к проблемам и ограничениям.

Ключевые слова: КПТСР, Внутренние Семейные Системы, ДПДГ, Травма, Комплексная Травма

Эпигенетические Корни Эмоционального Интеллекта

Милена Георгиева и Георгий Милошев

Краткий обзор

Эмоциональный интеллект был определен Американским диалектическим обществом в 1995 году как один из новых терминов, часто используемых в популярной науке. Немногие другие научные тезисы привлекали внимание теоретиков и исследователей так долго, как динамично расширяющиеся концептуальные рамки эмоционального интеллекта. Эмоциональный интеллект, во многом воспринимаемый как когнитивная способность, как социальная компетентность и как генетически унаследованная черта личности, продолжает интриговать людей. Он находит широкое социальное применение в большом количестве областей - науке, образовании, медицине, организационном развитии, экономике, политике, бизнесе и межличностных отношениях. Интерпретация термина «эмоциональный интеллект» позволяет сформулировать различные определения и модели для исследования, но академики

обычно строят свои тезисы на процессах эмоциональной регуляции. Так как эмоции являются следствием восприятия окружающей среды и интерпретации воспринимаемой информации, становится понятным, что эти процессы связаны эпигенетически. Эпигенетика прокладывает путь к точному пониманию интеллекта, и особенно эмоционального интеллекта. Корни и отточенные механизмы его проявления лежат в тесной связи между нашими генами и окружающей средой.

Ключевые слова: эмоциональный интеллект, генетика, эпигенетика, психосоматика, мозг, стресс

ТП В МИРЕ

Телесная Психотерапия в Бразилии

Рубенс Кинель

Краткий обзор

В данной статье кратко представлено развитие телесной психотерапии в Бразилии. Изначально телесная психотерапия была сфокусирована исключительно Бразильских направлениях, позже были внедрены зарубежные методы. Рассмотрены некоторые вопросы, касающиеся прикосновения, и представлена информация об истории телесной психотерапии в Уругвае, Аргентине и Венесуэле.

Ключевые слова: **телесная** психотерапия, биодинамика, биосинтез, биоэнергетика, тело и разум