

Наша практика:

500 дней Первичных Объектных Отношений

Ноцицепция или Боль?

Дженовино Ферри

Краткий обзор

Обозначив разницу между болью и ноцицепцией, автор связывает этот бином с другим, упомянутым на международной дискуссии по вопросам аналитической психотерапии - субъектность и предсубъектность. Он фокусируется на сравнении этих биномов во время первичных объектных отношений - период первых 500 дней жизни человека, с момента зачатия до момента отлучения от груди.

Приводится большое разнообразие факторов - анатомические, физиологические, гормональные и цитохимические, которые подтверждают гипотезу о том, что осознание боли не является обязательным условием для того, чтобы в имплицитной памяти телесного бессознательного остался след, который вызывает возможные трудности в отношениях.

Ключевые слова: Ноцицепция, боль, первичные объектные отношения, межтелесность, имплицитная память

Сохраняя Тело в Телесной Психотерапии
Нейробиологический Подход к Соединительной Ткани

Уилл Дэвис

Краткий обзор

Телесная психотерапия находилась и находится под влиянием масштабных исследований в неврологии. Хотя эти влияния обоснованы, мы можем наблюдать сопутствующее им отдаление от тела к модели, основанной на работе мозга. Параллельно с этим исследования соединительной ткани, особенно фасции, в различных направлениях мануальной терапии, показали, как и почему техники, основанные на работе с телом, оказывают настолько глубокое воздействие на человека. Более того, эти исследования выявили неизвестную ранее систему коммуникации между тремя нервными системами и телом, что приводит к появлению более интегрированной модели “тело-разум”. Я проиллюстрирую усиливающиеся связи между соединительной тканью (СТ) и тремя нервными системами в теле и покажу, какую роль играет СТ в этих связях. Основной темой является *пластичность* соединительной ткани, ее способность адаптироваться и заново приспособливаться к изменяющимся условиям локально и во всем теле, внешне и внутренне, а также физически и эмоционально. Пластичность СТ лежит в основе любой терапии, которая включает в себя либо движение, либо прикосновение. Это биологическое основанное на теле средство эффективности психотерапии.

Ключевые слова: фасция, Райх, интерпретирующая interoцепция, пластичность, соединительная ткань, нервная система

Пребывание в Телe как в Объединяющем Сознании

Джудит Блэкстоун

Краткий обзор

В данной работе представлен Реализационный Процесс, метод телесной психотерапии, который включает в себя серию упражнений внутренней настройки для переживания единого сознания как основы более глубокого контакта с самим собой и с другими людьми. В статье основное внимание уделяется пониманию этого метода и облегчению его воплощения. В Реализационном Процессе воплощение рассматривается как переживание присутствия повсюду в теле одновременно, как объединяющее сознание. Это переход от осознания тела к пребыванию в нем. В работе описывается, как Реализационный Процесс использует воплощение объединенного сознания для исцеления нехватки контакта с собой и другими, а также для улучшения способности терапевта к эмпатии. В работу включены краткие практики настройки из Реализационного Процесса, чтобы проиллюстрировать этот сдвиг.

Ключевые слова: воплощение, Реализационный Процесс, телесная психотерапия, сознание

Прикосновение и Регуляция Аффекта Постуральная Интеграция, Навыки Работы с Травмами и Инструменты для Телесно-ориентированной Психотерапии

Бернард Шлаж

Краткий обзор

Данная статья, основанная на последних нейрофизиологических исследованиях, представляет, как прикосновение влияет на различные области нашего мозга через нервные рецепторы и как различные техники прикосновения поддерживают потребность клиента в регуляции аффекта. Принимая во внимание предложенный Алланом Шором подход к регулированию аффекта, в статье говорится том, что поддерживает эмоциональное выражение клиента и развитие устойчивого внутреннего

«я». В статье описано, как работать с эмоциональным циклом у травмированных клиентов, и она дает более глубокое понимание окна толерантности, чтобы поддержать клиентов, которые страдают от чрезмерно сильных и болезненных эмоций, а также тех, кто борется с общим отсутствием эмоций.

***Ключевые слова:** Прикосновение и регуляция аффекта, механорецепторы кожи, диаграммы аффективных циклов, окно толерантности*

Работа с травмой

Настоящий момент, Травма и Реляционная Соматическая Психотерапия

Хомайюн Шахри

Краткий обзор

В данной работе я буду говорить о том, как жизнь проживается в настоящем моменте и как это связано с проживанием радостной жизни. Я покажу, что жизнь в настоящем моменте связана с воплощенной жизнью и соединением с телом. Затем будет исследована роль травмы отношений в потере контакта с телом. Роли, которые ранние плохие объектные отношения играют в неспособности жить настоящим моментом, исследуются с точки зрения теории объектных отношений и нейробиологии. Обсуждается лечебная роль хорошего объекта, то есть терапевта, и предлагается

методика, основанная на выводах реляционной соматической психотерапии, которая может сократить терапевтический процесс.

Ключевые слова: нейронаука, объектные отношения, настоящий момент, реляционная соматическая психотерапия, переходные объекты, травма

Междисциплинарный подход

Соответствие Фаз и Элементов в Трансформационных и Лечебных Процессах, Вызванных Различными Методами Терапии

Мюриэль Морено Одежа

Краткий обзор

В этой статье сравниваются наблюдения автора над процессами трансформации и терапевтического изменения у нее самой и ее клиентов. Наблюдалось девять фаз, получивших название «Система EsenciArt: 9 фаз трансформации». Задача исследования была ответить на вопрос: Есть ли общие фазы и элементы в процессах трансформации и исцеления, вызванные различными терапиями или методами? Что у них общего и какие у них различия? Был использован опрос из 21 вопроса, основанный на 9 фазах, отмеченных автором. В исследовании приняли участие 155 практикующих специалистов из 35 стран и из 32 видов терапий / модальностей. 120 участников были женщинами; 35 участников были мужчинами. Возраст участников от 18 до 74 лет. Уровень квалификации варьировался от отсутствия профессионального опыта (студенты) до 40 лет профессиональной практики. Эти участники классифицировали свою работу в рамках одного из этих трех подходов: подход, основанный на работе с разумом, подход, основанный на работе с телом, и подход,

объединяющий работу с телом и разумом. Результаты показывают, что профессионалы, использующие разные методы и подходы, действительно определяют и оценивают общие фазы и элементы в процессах трансформации и исцеления, как описано в системе EsenciArt: 9 фаз трансформации, со средней корреляцией 9 из 10. Подход Тело-Разум оказался наиболее близким к системе EsenciArt. Все профессионалы оценили 9 этапов со средней корреляцией от 7,8 до 9,9. Качественный анализ также показал корреляцию, указав на важность присутствия, связи, уважения, доверия и заботы практикующих специалистов, как на необходимые условия для активации естественного процесса исцеления у людей.

Ключевые слова: телесная психотерапия, терапевтическое изменение, терапия разум-тело, система EsenciArt, психосоматика

Телесная Психотерапия в Игровой Комнате:

Соматический Подход к Работе с Детьми

Дженнифер Л.Тейлор

Апрель 2019

Краткий обзор

В этой статье предлагается теоретическая модель игровой терапии, которая сочетает в себе взгляды нейробиологии развития с принципами телесной психотерапии. Автор предполагает, что текущее применение принципов нейроразвития в игровой терапии может быть подкреплено соматическими интервенциями, которые способствуют интеграции тела и разума развивающегося ребенка. Через соматическую призму исследуются темы регуляции, настройки и интероцепции и терапевтические приложения. В этой статье излагается

интегративный, транстеоретический подход к включению принципов телесной психотерапии в игровую комнату.

Ключевые слова: телесная психотерапия, игровая терапия, соматическая психология, регуляция, настройка, интероцепция

Профессиональная Этика

**Применение Этического Кодекса ЕАТП в Повседневной Практике
Презентация Этического Комитета Греческой Национальной Ассоциации
Телесной Психотерапии
Антигона Ореопулу**

Краткий обзор

За последние четыре года Этический Комитет Греческой Ассоциации Телесной Психотерапии (PESOPS) провел четыре заседания для своих членов. В этой статье описывается первое заседание комитета под названием «Этический Комитет и Кодекс: Что нам нужно знать в повседневной практике» и рассказывается история того, что происходило за кулисами, что привело к ценным выводам.

Ключевые слова: Этический Кодекс, Этический Комитет, ЕАТП, PESOPS, Воркшоп по Этике

Телесная психотерапия во времена пандемии

Исследование ПТСР во время Пандемии Коронавируса

Сяо-Гэ Лю, Вэнь-Тянь Ли, Фанг Сюн, Лянь-Чжун Лю, Ульрих Зольманн

Краткий обзор

Цель: Для лучшего понимания мы исследовали посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) во время эпидемии коронавируса и связанные с ним факторы влияния. Мы надеялись предоставить больше оснований для адресных услуг по улучшению общественного психологического здоровья.

Методы: С платформы психологической помощи, созданной Уханьским Центром Психического Здоровья, мы получили онлайн-образцы данных жителей Китая во время эпидемии коронавируса. Мы использовали шкалу обследования ПТСР в качестве инструмента исследования и проанализировали данные с помощью SPSS.

Результаты: Всего были собраны данные по 376 участникам. Степень ПТСР среди населения составляла $45,93 \pm 17,32$, процент выявления положительных результатов - 63,56%, а уровень ПТСР возрастал с колебаниями. Пол, уровень образования и местонахождение участников были решающими факторами. В частности, женщины, люди с низким уровнем образования и жители Ухани чаще страдали посттравматическим стрессовым расстройством.

Выводы: Эпидемия сильно повлияла на психологическое состояние людей. Хотя эпидемия в основном взята под контроль, уровень ПТСР не снизился. Поэтому необходимо своевременно оказывать психологическую помощь нуждающимся людям и как можно быстрее помочь им адаптироваться к жизни.

Ключевые слова: COVID-19; посттравматическое стрессовое расстройство; факторы влияния; изменение графика

Краткосрочное Лечение в Экстренных Случаях

*Методологическое Предложение для Интервенции Функциональной Психологии,
Примененное во время COVID-19*

Энрика Педрелли

Краткий обзор

Пандемия COVID-19 потребовала массового вмешательства для оказания психологической поддержки населению мира. В этой статье излагается методология, разработанная на протяжении многих лет и применяемая для итальянского населения психотерапевтами Общества функциональной психотерапии (ОФП) в рамках проекта Министерства здравоохранения под названием *Психологическая служба бесплатного*

слушания. Национальный бесплатный номер. Краткосрочное лечение в экстренных случаях (Pedrelli и Sozzi, 2016) в соответствии с функциональной психологией (Rispoli, 2004; 2016) основано на многолетнем опыте диагностики и лечения стресса в сочетании с навыками экстренной психологии. Этот опыт показывает, насколько важно обладать психо-телесными навыками при оказании неотложной помощи и как можно было, даже в контексте изоляции и удаленности, использовать телесно-ориентированные техники. Функциональная психология относится к опыту, который формирует основу для развития навыков у каждого из нас, как к базовому опыту самости (БОС). В экстренной ситуации мы можем работать над БОС, чтобы восстановить эмоциональную стабильность и безопасность, а также восстановить связь с ресурсами. В этой статье БОС контроля и восприятия используются в качестве примеров, чтобы дать представление о возможных видах удаленной работы в экстренной ситуации.

Ключевые слова: краткосрочное лечение в экстренной ситуации, Базовый Опыт Самости, Психотелесные техники, Функциональная Психология

Время для Трансформации и Творчества

Рубенс Кинель

Краткий обзор

Идея данной статьи состоит в том, чтобы изучить, исследовать и предложить новый способ посмотреть на и жить с невзгодами человеческой жизни в окружающей среде и системе на Земле. С момента зарождения жизни, задолго до появления человека, природа показывала нам через развитие, как различные формы жизни находили способ адаптироваться, включать и исключать то, что необходимо для поддержания жизни.

Мы, люди, можем учиться на миллионах лет жизненного опыта в направлении экологии человека, чтобы сохранить жизнь там, где она существует. Я пытаюсь показать, что то, что считается нечистотами, может быть системой, от которой зависит наша жизнь, создавая ассоциации между человеческими отношениями с окружающей средой и между нами самими.

Ключевые слова: окружающая среда, природа, экологическая коммуникация, телесная психотерапия, природа и общение, вирус, грибок и бактерии, нечистоты и чистота между нами, психоанализ, Райх.

Телесная Психотерапия в Мире

Развитие Японской Телесной Психотерапии

Ясуё Камикура

Краткий обзор

Цель этой статьи - познакомить с развитием японской телесной психотерапии, фокусируясь на Доса-хоу, оригинальную японскую психотерапию, созданную Госаку Нарусэ. Сначала эта статья знакомит с психотерапией в Японии, включая лицензирование клинических психотерапевтов и традиционную психотерапию в Японии. Затем она представляет телесную психотерапию, выдающихся психотерапевтов и тему принятия прикосновений в Японии, сравнивая западную и восточную культуры и психотерапию. Помимо этого, в статье показано, как Доса-хоу была разработана для детей с ограниченными возможностями и людей с психическими заболеваниями с использованием клинического типа Доса-хоу. Затем автор обсуждает некоторые вопросы как терапевт Доса-хоу, текущие темы психического здоровья Японии в условиях пандемии COVID-19, такие как «подавленное настроение, вызванное стрессом из-за карантина» и «карантинная усталость», а также возможности онлайн-доступа Доса-хоу. Наконец, автор предлагает видение будущего психотерапии. Распространение Доса-хоу будет иметь важное значение для развития телесной психотерапии в Японии.

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

Ключевые слова: телесная психотерапия, Япония, Госаку Нарусэ, Доса-хоу, тренировка Доса, клиническая Доса-хоу.

Editor-In-Chief *Madlen Algafari* editorinchief@ibpj.org

Deputy Editor *Aline LaPierre* deputyeditor@ibpj.org • Managing Editor *Antigone Oreopoulou* managingeditor@ibpj.org