

War and Trauma Issue

Çështja e Luftës dhe Traumës

Abstracts for translation

Abstrakte për përkthim

Translated by: Elmedina Çesko

Përkthyer nga: Elmedina Çesko

Why War?

Courtenay Young

This essay is an attempt to answer a fundamental question about the aberrant human behaviour of war or warfare. There are very few examples of such behaviour in the animal kingdom, hence the word "aberrant." The human animal is possibly the only animal on the planet that conducts sustained aggression (warfare) against others of its own species. There are many examples of anger or rage, and even of other aberrant behaviours (like abuse) but sustained and directed rage against other groupings of the same species is incredibly rare, if not unique. Why is this?

Pse Luftë?

Courtenay Young

Kjo ese është një përpjekje për t'iu përgjigjur pyetjejes themelore në lidhje me sjelljen jonormale njerëzore në luftë apo në betejë. Ka shumë pak shembuj të një sjelljeje të tillë në mbretërinë e kafshëve, prandaj përdoret fjala "jonormale". Kafsha njerëzore është ndoshta e vetmja kafshë në planet që shfaq agresion të vazhdueshëm (në betejë) kundër të tjerëve nga speciet e veta. Ka shumë shembuj zemërimi ose inati, madje edhe të sjelljeve të tjera jonormale (si abuzimi), por zemërimi i vazhdueshëm dhe i drejtuar kundër grupimeve të tjera të së njëjtës specie është tepër i rrallë, nëse jo unik. Pse ndodh kjo?

Contemporary Reichian Analysis and War Trauma

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

Edoardo Pera

This article is based on the author's experience, primarily in the Middle East, in post-emergency missions over the last 20 years. It is an exploration of war trauma, and how Contemporary Reichian Analysis can make sense of it and potentially help those afflicted, even in combination with other approaches. Given the complex social, cultural, and political landscape, our research is still only at its inception in seeking to better understand the elements of war trauma and suggest bodily interventions. However, in the field, there are certain steps that are possible to take and others that cannot be done.

Analiza Bashkëkohore Reichiane dhe Trauma e Luftës

Edoardo Pera

Ky artikull bazohet në përvojën e autorit, kryesisht në Lindjen e Mesme, në misionet pas emergjente gjatë 20 viteve të fundit. Është një eksplorim i traumës së luftës dhe se si Analiza Bashkëkohore Reichiane mund t'i japë kuptim kësaj dhe potencialisht të ndihmojë të prekurit, madje edhe me kombinim e qasjeve të tjera. Duke pasur parasysh pamjen komplekse sociale, kulturore dhe politike, kërkimi ynë është akoma në fillimet e tij për kërkimin e të kuptuarit më të mirë të elementeve të traumës së luftës dhe sygjeron ndërhyrjet trupore. Megjithatë, në këtë fushë, ka disa hapa që mund të ndërmerren dhe disa tjerë që nuk mund të bëhen.

Giving Birth in a War Environment

An interview with Ukrainian childbirth educator Hanna Kemp

Christina Bogdanova

Hanna Kemp is a Ukrainian childbirth educator and specialist in postpartum rehabilitation working with Ukrainian women internationally. In this conversation with our Deputy Editor, Christina Bogdanova, she gives us a detailed account of women's war experiences—being pregnant and giving birth in war zones, living as a refugee, especially if pregnant or with young children, raising children with few resources in foreign countries, where they are often bullied. Having herself fled Ukraine with her children, she touches on the loss of identity, the loneliness, the never-abating vigilance, the uncertain future. She now offers online support circles to Ukrainian women, and shares with us the resourcing importance of touch and trauma-informed massage, as well as somatic strategies for supporting those with war trauma.

Editor-In-Chief Madlen Algfari editorinchief@ibpj.org

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

Lindja Në Një Mjedis Luftë

Një intervistë me ukrainasen edukatore të lindjes Hanna Kemp
Kristina Bogdanova

Hanna Kemp është një ukrainase e cila është edukatore e lindjes dhe specialiste në rehabilitimin e pas lindjes, që punon me gratë ukrainase në nivel ndërkombëtar. Gjatë kësaj bisede me zëvendësredaktoren tonë, Christina Bogdanova, ajo na jep një rrëfim të detajuar të përvojave të grave të luftës – të qenurit shtatzënë dhe që lindnin në zona lufte, përvojat e të jetuarit si refugjate, veçanërisht të qenurit shtatzënë ose me fëmijë të vegjël, duke rritur fëmijë me më pak burime në shtetet e huaja, ku shpesh bullizohen. Pasi ka ikur nga Ukraina me fëmijët e saj, ajo prek qështjen e humbjes së identitetit, vetminë, vigjilencën e pashuar, të ardhmen e pasigurt. Ajo tani, në mënyrë online ofron grupe mbështetëse për gratë ukrainase dhe ndan me ne rëndësinë burimore të prekjes dhe traumës - si masazh e informuar, si dhe strategjitë somatike për mbështetjen e atyre që kanë trauma të luftës.

Empowering Children and Caregivers Impacted by the Atrocities of War

Maggie Kline

War leaves its mark on everyone, but children are the most vulnerable. Their growing brains and bodies are forming implicit and explicit imprints from what they absorb through their senses. These imprints shape the anatomy and physiology of brain and body. If robbed of their childhoods, will they grow up perceiving the world (and others) only as dangerous? Or, is it possible for them to also perceive the world with safe places? We are being called to action to show them, through our kind eyes and reassuring safe touch, a world teeming with natural beauty, wonder, and joy. The *Resilience Roadmap Model* offers a plan to provide external co-regulating resources to counteract anxiety from war-conditioned threat responses by using the essentials of healthy attachment. Combining principles of Somatic Experiencing® with drawing and movement, interoceptive experiences of safety and self-protection can transform traumatic imprints into new stories with a triumphant ending. May you be inspired to join the movement to plant seeds of well-being for the world's children.

Fuqizimi i Fëmijëve dhe Kujdestarëve të Ndikuar nga Mizoritë e Luftës
Maggie Kline

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

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

Lufta lë gjurmë te të gjithë, por fëmijët janë më të cenuarit. Truri dhe trupi i tyre në rritje po formojnë gjurmë të nënkuptuara dhe të qarta nga ajo që thithin përmes shqisave të tyre. Këto gjurmë formësojnë anatominë dhe fiziologjinë e trurit dhe trupit. Nëse u grabitet fëmijëria e tyre, a do të rriten duke e perceptuar botën (dhe të tjerët) vetëm si të rrezikshme? Apo, a është e mundur që ata ta perceptojnë botën edhe nga vendet e sigurta? Ne jemi të thirrur që të veprojm për t'u treguar atyre, përmes syve tanë me dashamirësi dhe me prekje të sigurt, një botë të mbushur me bukuri natyrore, mrekulli dhe gëzim. *Modeli i Udhërrëfyesit të Rezistencës* ofron një plan për të siguruar burime të jashtme bashkërrëgulluese që të kundërveproj ankthin nga reagimet e kërcënimeve të kushtëzuara nga lufta, duke përdorur gjërat thelbësore për një lidhjes të shëndetshme. Duke i kombinuar parimet e Përvojës Somatike me vizatime dhe lëvizje, përvojat interceptive të sigurisë dhe vetë-mbrojtjes mund të transformojnë gjurmët traumatike në histori të reja me një fund triumfues. Duke shpresuar të jeni të frymëzuar për t'u bashkuar lëvizjes për të mbjellur farat e mirëqenies për fëmijët e botës.

Transgenerational Trauma

The role of warrior talk

Sally E. Watson

This article focuses on the relationship between warrior talk and transgenerational trauma. Research findings from an extensive study of warrior talk within a lengthy modern conflict is used to explore the ways in which trauma is transmitted across generations. A trauma-informed approach for understanding transgenerational trauma is outlined, and the case for a somatic focus on trauma healing is introduced.

Trauma Transgjenerative

Roli i bisedës së luftëtarit

Sally E. Watson

Ky artikull përqendrohet në marrëdhëniet midis bisedave të luftëtarëve dhe të traumës transgjenerative. Gjetjet e hulumtimit nga një studim i gjerë i bisedave të luftëtarëve në lidhje me një konflikt të gjatë modern përdoren për të eksploruar mënyrat në të cilat trauma transmetohet nëpër breza. Një qasje informuese e traumës na bënë të kuptojm se trauma transgjenerative është e privuar dhe një studim rasti i fokusimit në aspektin somatik të shërimit të traumës është prezentuar.

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

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

Organizing a Rapid Response to War Trauma

Lessons from the Somatic Experiencing Ukraine Task Force

Melissa Sinclair

In February 2022, the Somatic Experiencing Ukraine Task Force (SEUTF) was established to respond to the crisis in Europe caused by the escalation of the Russo-Ukrainian War. A cooperative effort of hundreds of volunteers from 37 countries on four continents, this rapid mobilization and the resources it has garnered to address war trauma represents a historic first for the global SE® community. This article documents the processes and outcomes of the SEUTF in order to inform best practices for other body psychotherapy practitioners who may want to organize and sustain effective cooperative responses to the trauma caused by war and other collective crisis moments in real-time, as situations are unfolding.

Organizimi i një reagimi të shpejtë ndaj traumave të luftës

Mësime nga Përjetimet Somatike të Task Forcës së Ukrainës

Melissa Sinclair

Në Shkurt të vitit 2022, u krijua Task Forca Ukrainase e Përjetimeve Somatike (SEUTF) për t'iu përgjigjur krizës në Evropë të shkaktuar nga eskalimi i Luftës Ruso-Ukrainase. Një përpjekje bashkëpunuese e qindra vullnetarëve nga 37 shtete, nga katër kontinentet, ky mobilizim i shpejtë dhe burimet e mbledhura për të trajtuar traumat e luftës përfaqëson një histori të paparë për komunitetin global të SE®-së. Ky artikull dokumenton proceset dhe rezultatet e SEUTF'së për të informuar praktikantët më të mira për praktikuesit e tjerë të psikoterapisë trupore, të cilët mund të dëshirojnë të organizojnë dhe mbështesin reagimet efektive bashkëpunuese ndaj traumës së shkaktuar nga lufta dhe momente të tjera të krizës kolektive në kohë reale, siç janë situatat. duke u shpalosur.

Exploring the Connections Between the Microbiome and the Brain

A conversation with Ioannis Gampierakis

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

Antigone Oreopoulou and Aline LaPierre

Inflammation is the body's ancestral response to threat, its first line of defense against injury and foreign pathogens. But as modern threats evolve, science is discovering how inflammation simmers under the surface, not only in leading killers such as heart disease and cancer, but also in psychological symptoms like depression and anxiety.

In this conversation, Harvard neurobiologist Ioannis Gampierakis discusses his research on the impact of inflammatory stress on depression and anxiety—a paradigm-shift understanding of the role of the gut, the microbiome, systemic inflammation, the immune system, and adult neurogenesis, and how they all contribute to brain function.

Eksplorimi i Lidhjeve në Mes të Mikrobiomës dhe Trurit

Një bisedë me Ioannis Gampierakis

Antigone Oreopoulou dhe Aline LaPierre

Inflamacioni është përgjigja e kah motshme e trupit ndaj kërcënimit, është reagimi i parë i tij i mbrojtjes kundër lëndimeve dhe patogjenëve të huaj. Por ndërsa kërcënimet moderne evoluojnë, shkencëtarët po zbulon se si inflamacioni zihet nën sipërfaqe, jo vetëm tek vrasësit kryesorë si sëmundjet e zemrës dhe kanceri, por edhe në simptomat psikologjike si depresioni dhe ankthi.

Në këtë bisedë, neurobiologu i Harvardit, Ioannis Gampierakis diskuton kërkimin e tij mbi ndikimin e stresit inflamator në depresion dhe ankth - një paradigm zhvendosës për të kuptuar rolin e zorrëve, mikrobiomës, inflamacionit sistemik, sistemit imunitar dhe neurogenezës së të rriturve, dhe si të gjitha këto kontribuojnë në funksionimin e trurit.

Case Study Research

Courtenay Young

This brief article reviews three books about case studies and announces a project to develop a further book about body psychotherapy case studies.

Hulumtim i Studim Rastit

Editor-In-Chief Madlen Algfari editorinchief@ibpj.org

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

Courtenay Young

Ky artikull i shkurtër shqyrton tre libra rreth studimit të rasteve dhe njofton për një projekt për të zhvilluar një libër të mëtejshëm rreth studimit të rasteve të psikoterapisë trupore.

From WWII with Compassion

The Calatonia® Somatic Approach for Global Reorganization and Mutual Regulation of Soma and Psyche

Anita Ribeiro Blanchard

Calatonia is a somatic approach based on reinstating self-regulated states, developed by Pethő Sándor, a Hungarian physician, during WWII in the various refugee camps he worked as a doctor for the Red Cross. Initially a trauma-based approach, it was later incorporated into psychotherapy treatments in Brazil, where Sándor settled in the 1950s. This article intends to bring attention to this technique for research and use in current global war adversities and refugee displacement situations.

Nga Lufta e Dytë Botërore me Dhembshuri

Qasje Somatike Calatonia® për Riorganizimin Global

dhe Rregullimi Ndërsjellët i Somës dhe Psikikës

Anita Ribeiro Blanchard

Calatonia është një qasje somatike e bazuar në rivendosjen e gjendjeve të vetë-rregulluese, e zhvilluar nga Pethő Sándor, një mjek hungarez, ku gjatë Luftës së Dytë Botërore në kampet e ndryshme të refugjatëve ai punoi si mjek për Kryqin e Kuq. Fillimisht një qasje e bazuar në traumë, ajo u përfshi më vonë në trajtimet psikoterapeutike në Brazil, ku Sándor atje u vendos në vitet 1950'ta. Ky artikull synon të tërheqë vëmendjen ndaj kësaj teknike për kërkime dhe përdorim në fatkeqësitë aktuale të luftës globale dhe situatat e zhvendosjes së refugjatëve.

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

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

Body Psychotherapy in Spain

Somatic historical milestones
and Spanish Character-Analytic Psychotherapy

José Martín Amenabar Beitia

This article covers some historical milestones of body psychotherapy worldwide, and offers a panoramic view of diverse models in the Spanish field, drawing attention to Character-Analytic Psychotherapy, one of the most relevant current body psychotherapy contributions due to its influence nationally and internationally. The author then delves into some of the issues he considers paramount from a historical and methodological point of view, and for the future of body psychotherapy.

Psikoterapia Trupore në Spanjë

Pika historike somatike
dhe Psikoterapia Analitike e Karakterit Spanjoll

José Martín Amenabar Beitia

Ky artikull përmban disa momente historike të psikoterapisë trupore në mbarë botën dhe ofron një pamje panoramike të modeleve të ndryshme në fushën spanjolle, duke tërhequr vëmendjen te Psikoterapia Analitike e Karaktereve, një nga kontributet aktuale më të rëndësishme të psikoterapisë trupore për shkak të ndikimit të saj në nivel kombëtar dhe ndërkombëtar. Në vazhdimësi, autori thellohet në disa nga çështjet që ai i konsideron parësore nga pikëpamja historike dhe metodologjike, dhe për të ardhmen e psikoterapisë trupore.

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

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