

War and Trauma Issue

מלחמה וטראומה

למה מלחמה?

קורטנאי יאנג

מאמר זה מנסה לענות על שאלה בסיסית לגבי ההתנהגות האנושית החריגה בדמות מלחמה או לוחמה. קיימות מעט מאוד דוגמאות להתנהגות מעין זו בממלכת החיות, ומכאן המילה "חריגה". יתכן שהחיה האנושית היא החיה היחידה על כדור הארץ המקיימת תוקפנות מתמשכת (לוחמה) כנגד אחרים בני אותו המין. ישנן דוגמאות רבות של כעס או זעם ואף של התנהגויות חריגות אחרות (כמו התעללות), אך זעם מתמשך ומכוון כנגד קבוצות אחרות בנות אותו המין הוא נדיר להפליא, אם לא ייחודי. למה זה?

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?

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

אנליזה רייכיאנית עכשווית וטראומת מלחמה

אדוארדו פרא

מאמר זה מבוסס על ניסיונו של המחבר, בעיקר במזרח התיכון, במשימות שלאחר מצבי-חירום במהלך 20 השנים האחרונות. זוהי חקירה של טראומת מלחמה, וכיצד אנליזה רייכיאנית עכשווית יכולה לעזור להבין אותה ואף לסייע לאלו שנפגעו ממנה, גם אם בשילוב עם גישות אחרות. בהתחשב בשדה החברתי, התרבותי והפוליטי המורכב, המחקר שלנו נמצא עדיין רק בתחילתו בניסיון להבין טוב יותר את מרכיבי טראומת המלחמה ולהציע התערבויות גופניות. עם זאת, בשטח ישנם צעדים מסוימים שניתן לבצע ואחרים שלא ניתן לבצע.

Contemporary Reichian Analysis and War Trauma

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.

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

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

לידה בסביבת מלחמה

ראיון עם מדריכת הלידה האוקראינית חנה קמפ

כריסטינה בוגדנובה

האנה קמפ היא מדריכת לידה אוקראינית ומומחית בשיקום לאחר לידה שעובדת עם נשים אוקראיניות ברחבי העולם. בשיחה זו עם סגנית העורך שלנו, כריסטינה בוגדנובה, היא מספקת תיאור מפורט של חוויות מלחמה בקרב נשים - הריון ולידה באזורי מלחמה, החיים כפליטות, במיוחד בזמן הריון או עם ילדים קטנים, גידול ילדים עם משאבים מועטים במדינות זרות, בהן לרוב הן סובלות מרדיפות ואיומים. לאחר שהיא עצמה ברחה מאוקראינה עם ילדיה, היא נוגעת באובדן הזהות, הבדידות, הדריכות שאינה שוככת, העתיד הלא בטוח. כעת היא מציעה מעגלי תמיכה מקוונים לנשים אוקראיניות, ומשתפת אותנו במשאבים החשובים של מגע ועיסוי מבוסס טראומה, כמו גם אסטרטגיות סומטיות לתמיכה במתמודדות עם טראומות מלחמה.

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.

העצמת ילדים ומטפלים שהושפעו מזוועות מלחמה

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

מגי קליין

מלחמה מותירה את חותמה על כולם, אך ילדים הם הפגיעים ביותר. מוחם וגופם המתפתחים יוצרים טביעות ישירות ועקיפות ממה שהם סופגים דרך החושים שלהם. טביעות אלו מעצבות את האנטומיה והפיזיולוגיה של המוח והגוף. אם נגזלת מהם ילדותם, האם הם יגדלו ויתפסו את העולם (ואחרים) רק כמסוכן? או, האם זה אפשרי עבורם גם לתפוס את העולם ככזה שיש בו גם מקומות בטוחים? אנו נקראים לפעולה כדי להראות להם, דרך עינינו הטובות ומגע בטוח ומרגיע, עולם השופע ביופי טבעי, פלא ושמחה. "מודל מפת הדרכים לחוסן" מציע תוכנית המספקת משאבים חיצוניים לוויסות, כדי להתמודד עם חרדה הנוצרת בעקבות תגובות לאיום בתנאי מלחמה, באמצעות שימוש בעקרונות של התקשרות בריאה. בשילוב של עקרונות של החוויה הסומטית יחד עם ציור ותנועה, חוויות פנימיות של ביטחון והגנה עצמית יכולות להפוך חותם טראומטי לסיפור חדש בעל סוף מנצח. בתקווה שתקבלו השראה להצטרף לתנועה לשתילת זרעים של רווחה לילדי העולם.

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.

טראומה בין דורית
תפקידו של שיח הלוחם
סאלי אי. ווטסון

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

מאמר זה מתמקד ביחסים בין שיח הלוחם לבין טראומה בין דורית. ממצאים ממחקר נרחב על שיח הלוחם בתוך קונפליקט ממושך בן זמננו משמשים לחקירת הדרכים שבהן טראומה מועברת בין דורות. מתוארת גישה ממוקדת טראומה להבנת טראומה בין דורית, ומוצג טיעון למיקוד סומטי בריפוי טראומה.

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.

ארגון תגובה מהירה לטראומת מלחמה
שיעורים מכוח המשימה של החוויה הסומטית באוקראינה
מליסה סינקלייר

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

בפברואר 2022 הוקם כוח המשימה (SEUTF) כדי לתת מענה למשבר באירופה שנגרם מההסלמה במלחמת רוסיה-אוקראינה. מאמץ משותף של מאות מתנדבים מ-37 מדינות בארבע יבשות - התגייסות מהירה זו והמשאבים שצברה כדי להתמודד עם טראומת מלחמה היא חסרת תקדים עבור קהילת SE® העולמית. מאמר זה מתעד את התהליכים והתוצאות של ה-SEUTF על מנת לספק שיטות עבודה מומלצות עבור מטפלים בפסיכותרפיה גופנית שעשויים לרצות לארגן ולקיים תגובות שיתופיות אפקטיביות לטראומה הנגרמת על ידי מלחמה ומצבי משבר קולקטיביים אחרים בזמן אמת, תוך כדי שהם מתרחשים.

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.

חקירת הקשרים בין המיקרוביום והמוח
שיחה עם יואניס גמפייראקיס
אנטיגונה אוראפולו ואלין לפייר

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

דלקת היא התגובה הקדמונית של הגוף לאיום, קו ההגנה הראשון שלו מפני פציעה ופתוגנים זרים. אך ככל שהאיומים המודרניים מתפתחים, המדע מגלה כיצד דלקת מתרחשת מתחת לפני השטח, לא רק באיומים רצחניים מובילים כמו מחלות לב וסרטן, אלא גם בתסמינים פסיכולוגיים כמו דיכאון וחרדה.

בשיחה זו, הנירורוביולוג מהרווארד יואניס גמפיראקיס, דן במחקר שלו על ההשפעה של מתח דלקתי על דיכאון וחרדה - הבנה שהיא שינוי פרדיגמה של תפקיד המעיים, המיקרוביום, דלקת מערכתית, מערכת החיסון וניורוגנזה, וכיצד כל אלו תורמים לתפקוד המוח.

Exploring the Connections Between the Microbiome and the Brain

A conversation with Ioannis Gampierakis

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.

חקר תיאורי מקרה

קורטנאי יאנג

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

מאמר קצר זה סוקר שלושה ספרים העוסקים בסיפורי מקרה ומכריז על פרויקט לפיתוח ספר נוסף של סיפורי מקרה בפסיכותרפיה גופנית.

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.

ממלחמת העולם השנייה בחמלה
קלטוניה @Calatonia גישה סומטית לארגון מחדש של העולם

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

ויסות הדדי של סומה ופסיכה

אניטה ריבירו בלנשרד

קלטוניה היא גישה סומטית המבוססת על החזרת מצבי ויסות עצמי, שפותחה על ידי פטהו סנדור, רופא הונגרי שעבד כרופא עבור הצלב האדום במהלך מלחמת העולם השנייה במחנות פליטים שונים. בתחילה הייתה הגישה מבוססת טראומה, ומאוחר יותר שולבה בטיפול פסיכותרפיה בברזיל, שם התיישב סנדור בשנות החמישים של המאה הקודמת. מאמר זה בא להאיר את תשומת הלב לטכניקה זו לצורך מחקר ושימוש בהתמודדות כיום עם מצוקות הנובעות ממלחמות בעולם ובמצבי עקירת פליטים.

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 Pethö 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.

פסיכותרפיה גופנית בספרד

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

אבני-דרך היסטוריות סומטיות

ופסיכותרפיה ניתוח-דפוס-אופי (Character-Analytic) ספרדית

חוזר מרטין אמנבאר באיטיה

מאמר זה מתאר מספר אבני דרך היסטוריות של פסיכותרפיה גופנית בעולם ומציע מבט מקיף של מגוון מודלים בספרד, תוך מתן תשומת לב לפסיכותרפיה ניתוח-דפוס-אופי, אחת מהתרומות הרלוונטיות ביותר של הפסיכותרפיה הגופנית, בשל השפעתה המקומית והבינלאומית. לאחר מכן מתעמק המחבר בכמה מהנושאים שבעיניו הם בעלי חשיבות עליונה מנקודת מבט היסטורית ומתודולוגית, ועבור עתיד הפסיכותרפיה הגופנית.

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.

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

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