

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

Démêler la tapisserie du bien-être

La Dance Complexe de la santé mentale et de l'épigénétique

Bela Vasileva, George Miloshev, Milena Georgieva

L'avènement du XXI^e siècle a été témoin de la manifestation de pandémies cachées, caractérisées par des maladies chroniques aux conséquences sociétales importantes, qui, bien que manquant d'une visibilité immédiate rappelant les maladies infectieuses, constituent des menaces considérables pour la santé publique. Parmi ses pandémies cachées figure des troubles de santé mentale, le diabète, les maladies cardiovasculaires, les affections oncologiques, et les maladies pulmonaires. Malgré leur nature non contagieuses, ces maladies exercent des répercussions profondes et souvent interdépendantes sur les individus et les sociétés. Cette revue aborde explicitement les troubles de santé mentale et explore leurs interactions complexes avec l'épigénétique, un domaine qui a pris de l'importance dans la recherche contemporaine de ce domaine. Le rôle central de l'épigénétique dans le développement, la progression et le traitement des troubles de la santé mentale est soigneusement examiné. Les découvertes émergentes postulent que les modifications épigénétiques fonctionnent comme un pont essentiel éclairant la nature complexe des problèmes de santé mentale. De plus, cette recherche met en évidence le rôle central du corps dans la santé mentale, souligne l'importance de la psychothérapie corporelle et des modalités ascendantes. La revue fournit une base de recherche cruciale pour comprendre l'importance des approches ascendantes épigénétiques dans le traitement et la gestion des problèmes de santé mentale.

Mots clés : pandémie cachées, maladie chroniques, santé publique, troubles de santé mentale, épigénétiques; développement, traitement; conséquences sociales

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org

Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org

Les effets de la psychothérapie corporelle sur la matrice hydrique du corps, observés par la spectroscopie NIR et l'aquaphotomique

Iliana Jordanova, Roumiana Tsenkova, Koliyo Jordanov, Daniel Todorov, Alexander Stoilov, Shogo Shigeoka, Madlen Algafari

L'aquaphotomique est une nouvelle discipline qui utilise la spectroscopie pour étudier la façon dont les molécules d'eau changent de conformation sous certains stimuli ou perturbations (Tsenkova, R., 2006, 2009; Bazar et al., 2025; Muncan & Tsenkova, 2023; Tsenkova et al., 2018). Nous décrivons ici une nouvelle méthode non invasive pour collecter les spectres NIR des paumes des participants à des séances de psychothérapie corporelle à l'Institut néo-reichien bulgare de thérapie analytique, qui, après une analyse spectrale de données multivariées, nous a permis de déchiffrer les changements structurels dans leurs matrices moléculaires de l'eau à la fin de chaque séance. Nos résultats suggèrent une cohérence structurelle entre les participants, ainsi qu'une signature matricielle hydrique plus saine, plus énergique et sans stress.

Mots clés : psychothérapie corporelle, corps-esprit, aquaphotomique, matrice d'eau, bien-être, aquagrammes, NIR spectroscopie

La musique du toucher harmonisé et des changements épigénétiques du point de vue de la psychothérapie corporelle

Elya Steinberg

Cet article examine les aspects du toucher harmonisé et son potentiel à induire des modifications épigénétiques. Il pose une hypothèse expliquant les changements chez les clients et démontre l'application de la recherche sur des modèles animaux pour illustrer ces phénomènes cliniques, particulièrement au sujet des techniques de la psychothérapie corporelle qui utilise le toucher, tel que le massage bionamique.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org

Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org

Mots clés : le toucher, changements épigénétiques, toucher en harmonie, musique

Détection du cerveau (Brainspotting)

Un traitement du trouble de stress post-traumatique

LeeAnn M. Orton, Cynthia Schwartzberg, Cheryl D. Goldberg, Frederick G. Grieve, Lauren E. Brdecka

La base de recherche sur les interventions psychologiques pour traiter efficacement le trouble of stress post-traumatique (SSPT) est limitée. Cette étude expérimentale classique vise à introduire le Brainspotting comme traitement efficace du SSPT et à réduire les symptômes de l'anxiété et la dépression. Les participants à l'étude (N=63) étaient des clients échantillon de commodité de personnes se présentant eux-mêmes) qui ont été recrutés lorsqu'ils se sont présentés dans une clinique pour le traitement du SSPT. Les participants ont terminé le processus de consentement éclairé, puis ont été repartis au hasard pour recevoir soit cinq semaines de traitement comme d'habitude (TAU; thérapie cognitivo-comportementale, thérapie centrée sur les solutions, thérapie centrée sur la personne, la psychodynamique), soit cinq semaines de traitement Brainspotting. Une évaluation a été effectuée avant le traitement, après le traitement et lors du suivi de quatre semaines auprès de 27 ayant complété le traitement. Les résultats ont montré que les participants des deux groupes présentaient moins de symptômes de SSPT. En général, la TAU était meilleure au départ près le traitement, tandis que Brainspotting a montré plus d'avantage longitudinaux au state de suivi. Les implications de ces résultats sont discutées et des recommandations pour de futures recherches sont données.

Mots clés : anxiété, brainspotting, dépression, trouble de stress post-traumatique, traumatisme

Effets d'amélioration de la santé corps-esprit du Dohsa-hou et du visionnage de vidéos interactives et non interactives

Yasuyo Kamikura, Ichiro Okawa, Hirohito Mashiko

La méthode de soutien conventionnelle Dohsa-hou implique des thérapeutes soutenant les mouvements des clients face à face et utilisant un contact corporel direct. Cependant, en raison de la pandémie COVID-19, un soutien sans face à face et sans contact a été nécessaire pour l'enseignement et la pratique du Dohsa-hou. Cette étude a comparé les effets psychologiques de la méthode interactive en ligne et la méthode de visualisation vidéo non interactive de Health Dohsa-hou pour des individus en bonne santé. Nous avons effectué une analyse de variance à deux facteurs avec des facteurs mixtes. Les variables indépendantes étaient les méthodes interactives et non interactives et le moment de l'intervention, et les variables dépendantes étaient le sentiment d'harmonie entre le corps et l'esprit et le lieu de contrôle. Les résultats ont montré que le sentiment de relaxation, le sentiment d'harmonie et le lieu de contrôle étaient significativement améliorés dans la méthode interactive et non interactive; cependant, la méthode interactive en ligne obtient une amélioration supplémentaire du sentiment de relaxation et le sentiment d'harmonie entre le corps et l'esprit. La méthode interactive du Dohsa-hou en ligne inciterait les participants à s'engager plus activement dans le Dohsa-hou, permettant ainsi une expérience Dohsa-hou plus réaliste.

Mots clés : amélioration de la santé du corps et de l'esprit, en ligne interactive du Dohsa-hou, Health Dohsa-hou, Dohsa-hou sans contact

Archétypes, états du moi, sous-personnalités

Une exploration de diverses expressions au sein de la conscience somatique

Sharon G. Mijares

Une combinaison d'approches somatiques et psychologiques peut révéler des états du moi incarné, des sous-personnalités, et des influences archétypales communicant à travers le corp-esprit. Cet article soutient l'hypothèse selon laquelle les états du moi et d'autres éléments de la psyché se manifestent de manière somatique. Ainsi, une plus grande attention doit être accordée au corps dans le cadre du dialogue thérapeutique. Cela peut éclairer les manifestations égoïques qui se produisent avec le travail – par exemple, le processus de Reich pour relâcher l'armure du caractère et la théorie de Jung d'un inconscient collectif universel avec ses forces archétypales qui se manifestent biologiquement, conduisant à la croissance de l'âme et à l'individuation. Les états du moi fragmentés, les forces archétypales et les sous-personnalités introjetées deviennent conscientes alors que les molécules messagères et les réseaux neuronaux tentent de communiquer et de guérir la fracture corp-esprit. L'objectif est l'intégration menant à la plénitude incarnée.

Mots clés : somatique, archétypes, états du moi, esprit-corp, corps-esprit

Transformation en psychothérapie corporelle

États conscients et l'avenir

Louise Barbato

Cet article présente une réflexion sur la transformation comme objectif la maîtrise des crises intérieures et l'objectif ultime d'un processus de psychothérapie. Les notions clés d'un parcours thérapeutique de psychothérapie corporelle sont présentées à la lumière des différents plans de la personne – physique,

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org

Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@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

émotionnel, mental et spirituel. Enfin, les deux thèmes clés d'un parcours psychothérapeutique moderne sont expliquées : l'évolution et l'intégration.

Mots clés : psychothérapie corporelle, crise, parcours évolutif, unité, transformation

Appartenant à la Terre

Psychothérapie corporelle, le modèle d'harmonisation saisonnière, et la récupération de notre volonté

Cloe Barrett-Page

Dans cet article j'ai déterminé comment la psychothérapie corporelle peut aider le client à reconnaître son appartenance au monde naturel afin de favoriser une plus grande résilience et une plus grande guérison. La recherche commence par déterminer ce que disent les domaines multidisciplinaires sur l'importance de la relation entre les humains et la Terre. Il étudie ensuite les approches de la psychothérapie corporelle qui soutiennent la résilience et la guérison, et met en évidence la façon dont cela chevauche la recherche dans des domaines multidisciplinaires. À partir de là, le modèle d'harmonisation saisonnière a été créé. Une étude de cas illustre le modèle d'harmonisation saisonnière qui aide le client à récupérer sa colère et le potentiel que cela suggère pour de plus grands changements sociétaux. Cela mène à une discussion sur les implications possibles de cette recherche dans le domaine de la psychothérapie corporelle, notamment pourquoi il est impératif de soutenir la relation du client avec le monde naturel.

Mots clés : le monde naturel, Terre, psychothérapie corporelle

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org

Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@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

Compétence en psychothérapie corporelle/somatique. Que sont-ils?

Courtenay Young

Cet article porte sur le développement du projet de l'EAP visant à établir les compétences professionnelles d'un psychothérapeute européen. C'est à la fois une invitation et un défi pour tous les psychothérapeutes corporels et psychothérapeutes somatiques. Il encourage les lecteurs à identifier et différencier les compétences professionnelles qui sont spéciales, spécifiques et même uniques à la psychothérapie corporelle et aux différentes modalités de ce courant dominant.

Mots clés : psychothérapie corporelle, psychologie/psychothérapie somatique, compétences professionnelles, courant dominant et modalités

CRITIQUE DE LIVRE

Différents Corps

***Déconstruire la normalité* par Nick Trotton**

Roz Carroffer

Une revue du livre *Différents Corps*, par Nick Trotton qui résume et réfléchit sur le contenu d'un livre novateur et substantiel. Il considère ses arguments approfondis sur le caractère insidieux des valeurs « normatives » et ses recherches approfondies sur d'autres perspectives plus enrichissantes.

Mots clés : différence, incarnation normative

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org

Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@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

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org

Deputy Editor *Christina Bogdanova* deputyeditor@ibpj.org • Assistant Editor *Kalina Raycheva* assistanteditor@ibpj.org