

### فك طلاسم نسيج الرفاهية

#### الرقص المعقد للصحة النفسية والوراثة الظاهرية

بيلا فاسيليفا، جورج ميلو شيف، ميلينا جورجيفا

لقد شهد مطلع القرن الحادي والعشرين ظهور جوائح مخفية، تتميز بأمراض مزمنة ذات عواقب اجتماعية هامة، والتي، بالرغم من عدم ظهورها بشكل فوري يذكرنا بالأمراض المعدية، تشكل تهديدات كبيرة على الصحة العامة. من بين هذه الجوائح المخفية اضطرابات الصحة النفسية، والسكري، وأمراض القلب والأوعية الدموية، والحالات الأورامية، وأمراض الرئة. على الرغم من طبيعتها غير المعدية، تُمارس هذه الإصابات تأثيرات عميقة وغالبًا ما تكون مترابطة على الأفراد والمجتمعات. تتناول هذه المراجعة بشكل صريح اضطرابات الصحة النفسية، وتستكشف تداخلها المعقد مع علم الوراثة الظاهري، ارتقى ليحظى بأهمية بارزة في البحث المعاصر ضمن هذا المجال .

يتم فحص الدور المركزي لعلم الوراثة الظاهري في تطوير، وتقديم، وعلاج اضطرابات الصحة النفسية بدقة. تقترح الرؤى الناشئة أن التعديلات الوراثة الظاهرية تعمل كجسر حاسم، تضيء على طبيعة اضطرابات الصحة النفسية المعقدة. بالإضافة إلى ذلك، يسلط هذا البحث الضوء على الدور المركزي للجسم في الصحة النفسية، مؤكدًا على أهمية العلاج النفسي الجسدي والطرق التي تعتمد على الجسم. توفر المراجعة أساسًا بحثيًا حاسمًا لفهم أهمية تضمين الطرق التي تعتمد على الجسم/الوراثة الظاهرية في علاج وإدارة اضطرابات الصحة النفسية.

**الكلمات الدلالية:** الجوائح المخفية؛ الأمراض المزمنة؛ الصحة العامة؛ اضطرابات الصحة النفسية؛ الوراثة الظاهرية؛ التطور؛ العلاج؛ العواقب الاجتماعية

### تأثير العلاج النفسي الجسدي على مصفوفة ماء الجسم كما يرى بواسطة طيفية الأشعة تحت الحمراء القريبة والأكوافوتوميكس

إيلينا إيوردانوف، روميانا تسنكوف، كوليو إيوردانوف، دانيال تودوروف، ألكسندر ستويولوف، شوغو شيجيوكا، مادلين ألفتاري

الأكوافوتوميكس هي تخصص جديد يستخدم الطيفية لفحص كيفية تغير تكوين جزيئات الماء تحت تأثيرات أو اضطرابات معينة (تسنكوف، ر.، 2006، 2009؛ بازار وآخرون، 2015؛ مونكان وتسنكوف، 2023؛ تسنكوف وآخرون، 2018) هنا نصف طريقة جديدة غير تدخلية لجمع طيف NIR من راحة يدي المشاركين في جلسات العلاج النفسي الجسدي في المعهد البلغاري النيو-ريكياني للعلاج التحليلي، والتي بعد تحليل البيانات الطيفية متعددة المتغيرات سمحت لنا بفك تشفير التغيرات الهيكلية في مصفوفاتهم الجزيئية المائية في نهاية كل جلسة. تشير نتائجنا إلى تناسق هيكلية بين المشاركين، فضلاً عن توقيع مائي مصفوفي أكثر صحة، نشاطًا، وخلوًا من الضغوط .

**الكلمات الدلالية:** العلاج النفسي الجسدي، الجسم-العقل، الأكوافوتوميكس، مصفوفة الماء، الرفاهية، الأكوغرامات، طيفية الأشعة تحت الحمراء القريبة. يدرس هذا المقال جوانب اللمس المتناغم وإمكاناته في إحداث تعديلات وراثية ظاهرية. يطرح فرضية

تفسر التغييرات في العملاء، ويوضح تطبيق بحوث نموذج الحيوان لتوضيح هذه الظواهر السريرية، خاصة في سياق تقنيات العلاج النفسي الجسدي التي تستخدم اللمس، مثل التدليك الحيوي الديناميكي.

**الكلمات الدلالية:** اللمس، التغييرات الوراثية الظاهرية، اللمس المتناغم، الموسيقى

---

## البرينسبوتينج

### علاج لاضطراب ما بعد الصدمة

ليان م. هورتون، سينثيا شوارتزبرج، شيريل د. جولدبرج، فريديك ج. جريف، لورين ي. برديكا

تهدف هذه الدراسة التجريبية الكلاسيكية إلى تقديم العلاج بالبرينسبوتينج كعلاج فعال لاضطراب ما بعد الصدمة لتقليل أعراض القلق والاكتئاب. المشاركون في الدراسة (عدد 63 كانوا عملاء) عينة مائة من المتقدمين بأنفسهم (تم تجنيدهم عندما تقدموا في عيادة لعلاج PTSD. أكمل المشاركون عملية الإذن المستنير، ثم تم تعيينهم عشوائياً لتلقي إما خمسة أسابيع من العلاج المعتاد (TAU)؛ العلاج السلوكي المعرفي، التركيز على الحلول، مركز حول الشخص، الديناميكي النفسي)، أو خمسة أسابيع من علاج البرينسبوتينج. تم إجراء التقييمات قبل العلاج، بعد العلاج، وفي متابعة بعد أربعة أسابيع مع 27 مشاركاً أكملوا العلاج. أظهرت النتائج أن المشاركين في كلا المجموعتين قد انخفضت لديهم أعراض PTSD بشكل عام، كان TAU أفضل في البداية بعد العلاج، في حين أظهر البرينسبوتينج فوائد طويلة الأمد أكثر في مرحلة المتابعة. يتم مناقشة آثار هذه النتائج، ويُقدم توصيات للأبحاث المستقبلية.

**الكلمات الدلالية :** القلق، البرينسبوتينج، الاكتئاب، الضغط ما بعد الصدمة، الصدمة

---

تأثيرات تحسين صحة الجسم والعقل بطريقة دوهسا-هو من خلال مشاهدة الفيديو التفاعلي وغير التفاعلي  
ياسويو كاميكورا 1، إيتشيرو أوكاوا 2، هيروهييتو ماشيكو

الطريقة التقليدية للدعم في العلاج السريري دوهسا-هو تشمل دعم العلاجية لحركة العملاء وجهاً لوجه واستخدام التلامس الجسدي المباشر. ومع ذلك، بسبب جائحة كوفيد-19، أصبح الدعم غير المباشر وغير التلامسي مطلوباً لتعليم وممارسة العلاج السريري دوهسا-هو. قارنت هذه الدراسة الآثار النفسية للطريقة التفاعلية عبر الإنترنت وطريقة مشاهدة الفيديو غير التفاعلية لدوهسا-هو الصحي للأفراد الأصحاء. أجرينا تحليلاً للتباين ثنائي العوامل بعوامل مختلطة. كانت المتغيرات المستقلة هي الطرق التفاعلية وغير التفاعلية وتوقيت التدخل (قبل وبعد التدخل)، والمتغيرات التابعة كانت الشعور بالانسجام بين الجسم والعقل ومركز التحكم. أظهرت النتائج أن الشعور بالاسترخاء، والشعور بالانسجام، ومركز التحكم تحسن بشكل ملحوظ في كل من الطريقة التفاعلية وغير التفاعلية؛ ومع ذلك، حققت الطريقة التفاعلية عبر الإنترنت تحسناً أكبر للشعور بالاسترخاء والشعور بالانسجام بين الجسم والعقل. من شأن طريقة دوهسا-هو التفاعلية عبر الإنترنت أن تجعل المشاركين يشاركون بنشاط أكبر في دوهسا-هو، مما يتيح تجربة دوهسا-هو أكثر واقعية.

**الكلمات الدلالية:** تحسين صحة الجسم والعقل، دوهسا-هو التفاعلي عبر الإنترنت، دوهسا-هو مشاهدة الفيديو غير التفاعلي، دوهسا-هو الصحي، دوهسا-هو بدون تلامس

النماذج الاولية ، حالات الأنا، والشخصيات الفرعية  
استكشاف للتعبير المتنوع ضمن الوعي الجسدي  
شارون جي. ميخاريس

يمكن أن يكشف تركيب من النهج الجسدي والنفسي الديناميكي عن حالات الأنا المتجسدة، والشخصيات الفرعية، وتأثيرات النماذج الاولية التي تتواصل من خلال الجسم-العقل. تدعم هذه الدراسة الفرضية التي تقول إن حالات الأنا وعناصر أخرى من النفس تظهر جسدياً. وعليه، يجب إعطاء المزيد من الاهتمام للجسم كجزء من الحوار العلاجي. يمكن أن يسلط ذلك الضوء على مظاهر الأنا التي تحدث مع عمل الجسم – على سبيل المثال، عملية رايش لتخفيف تسلح الشخصية، ونظرية يونغ حول اللاوعي الجماعي العالمي مع قواه الأرشيتايبية التي تظهر بيولوجياً، مما يؤدي إلى نمو الروح والتفرد. تصبح حالات الأنا المجزأة، والقوى الأرشيتايبية، والشخصيات الفرعية المدمجة واعية كجزئيات رسول وشبكات عصبية تحاول التواصل وشفاء الانفصال بين العقل والجسد. الهدف هو الاندماج الذي يؤدي إلى الكمال المتجسد.

الكلمات الدلالية: الجسدية، النماذج الاولية، حالات الأنا، العقل-الجسد، الجسد-العقل

---

### التحول في العلاج النفسي الجسدي

#### الحالات الواعية والمستقبل

لويزا بارباتو

يقدم المقال تأملاً حول التحول كهدف لتجاوز الأزمات الداخلية، والهدف النهائي لعملية العلاج النفسي. يتم تقديم المفاهيم الأساسية لمسار العلاج النفسي الجسدي في ضوء المستويات الشخصية المختلفة - الجسدية، والعاطفية، والعقلية، والروحانية - المشاركة والمتحولة. أخيراً، يتم شرح موضوعين رئيسيين لمسار العلاج النفسي الحديث: التطور والتكامل .

الكلمات الدلالية: العلاج النفسي الجسدي، الأزمة، المسار التطوري، الوحدة، التحول

---

### الانتماء إلى الأرض

العلاج النفسي الجسدي، نموذج التوافق الموسمي، واستعادة بريتنا  
كلوي باريت-بيج

في هذه الورقة، أحدد كيف يمكن للأطباء النفسيين الجسديين دعم عملاءهم في التعرف على انتمائهم إلى العالم الطبيعي لدعم المرونة والشفاء بشكل أكبر. تبدأ البحوث بتحديد ما تقوله المجالات متعددة التخصصات عن أهمية العلاقة بين البشر والأرض. ثم تبحث في النهج من العلاج النفسي الجسدي التي تدعم المرونة والشفاء، وتسلط الضوء على الطرق التي تتداخل بها مع الأبحاث من المجالات متعددة التخصصات. من هنا، تم إنشاء نموذج التوافق الموسمي. تظهر دراسة حالة كيف أن نموذج التوافق الموسمي يدعم عميلة في استعادة غضبها والإمكانات التي يقترحها ذلك لتغيير اجتماعي أكبر. هذا يؤدي إلى مناقشة الآثار المحتملة لهذا البحث لمجال العلاج النفسي الجسدي، بما في ذلك لماذا دعم علاقة العملاء بالعالم الطبيعي ضروري للرفاهية .

الكلمات الدلالية: العالم الطبيعي، الأرض، العلاج النفسي الجسدي

## كفاءات العلاج النفسي الجسدي/الجسدي. ما هي؟

كورتناي يونغ

يتناول هذا المقال تطور مشروع الرابطة الأوروبية للعلاج النفسي لتحديد الكفاءات المهنية لعالم النفس الأوروبي. إنه دعوة وتحدي في أن واحد لجميع علاجي النفس الجسدي. يشجع القراء على تحديد وتمييز تلك الكفاءات المهنية التي تعتبر خاصة، محددة، وحتى فريدة للعلاج النفسي الجسدي/الجسدي، وللأنماط المختلفة ضمن هذا المجال الرئيسي.

**الكلمات الدلالية:** العلاج النفسي الجسدي، علم النفس الجسدي/العلاج النفسي، الكفاءات المهنية، التيارات الرئيسية والأنماط

---

مراجعة كتاب

أجساد مختلفة

تفكير الطبيعية

بقلم نيك توتن

روز كارول

مراجعة لكتاب نيك توتن "أجساد مختلفة" تلخص وتعكس محتويات كتاب رائد وجوهري. تأخذ بعين الاعتبار حججه المعمقة حول طبيعة القيم "المعيارية" الخبيثة وبحثه الواسع في وجهات نظر أخرى أكثر إثراء.

**الكلمات الدلالية:** الاختلاف، التجسيد المعياري