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

SUMÁRIOS – IBPJ – Volume 24, Número 1

SECÇÃO ESPECIAL

PSICANÁLISE E PSICOTERAPIA CORPORAL

ENTREVISTA

Psicanálise, Somática e o Futuro da Intersubjetividade

Uma conversa com Jessica Benjamin e Christopher Walling

Helena Vissing

A relação entre psicanálise e psicologia somática tem sido há muito caracterizada, tanto por uma profunda interligação histórica como por uma contínua fragmentação teórica. Enquanto os pioneiros da psicanálise como Freud e Reich abordaram o corpo como parte central da vida psíquica, os desenvolvimentos contemporâneos têm-se desenrolado, frequentemente, ao longo de vias paralelas, mas insuficientemente integradas. Nas últimas décadas, a reorientação relacional na psicanálise, em conjunto com os avanços na teoria da regulação do afeto, na neurobiologia interpessoal e nos estudos do trauma, criaram novas condições para o diálogo entre estes campos (Benjamin, 2017; Schore, 2012). Ao mesmo tempo, as psicoterapias somáticas expandiram-se rapidamente, embora muitas vezes sem um quadro metapsicológico partilhado para organizar as suas diversas abordagens. Esta conversa entre dois psicanalistas, Jessica Benjamin e Christopher Walling, surge num momento crítico, explorando como conceitos como a intersubjetividade, o reconhecimento e a corporização (embodiment) podem servir de pontes entre as tradições psicanalítica e somática. Através do seu diálogo, os autores esclarecem o papel

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

em evolução do corpo na teoria relacional, a importância da subjetividade materna e o potencial para um quadro mais integrador, capaz de abordar tanto as dimensões clínicas como as socioculturais da experiência humana.

A Psicanálise é Psicoterapia Corporal:

Uma Abordagem Baseada na Inferência Ativa

Leah Benson

A psicanálise (PsiA) e a psicoterapia corporal (PsiC) são frequentemente apresentadas como opostos — uma que explora a mente inconsciente, a outra o corpo vivido. Este artigo argumenta que elas convergem, usando como lente a inferência ativa — um quadro de neurociência. A inferência ativa coloca a mente/cérebro/corpo como um sistema preditivo, moldando a realidade através de expectativas ligadas a estados fisiológicos, e não um sistema passivo que reage aos dados de entrada. Historicamente, a PsiA envolveu o corpo — do ego corporal de Freud à identidade funcional de Reich — um fio condutor que a PsiA moderna continua através da transferência e resistência, entendidas aqui como previsões somáticas. Ao contrário da PsiC focada nos sintomas (por exemplo, Hakomi, Experiência Somática), a PsiA alinha-se com a Análise Bioenergética (ABio) orientada para a profundidade, descobrindo crenças que impulsionam padrões corporais através de associação livre, não resolvendo sintomas através de exercícios orientados. As palavras, como a inferência ativa demonstra, regulam os estados corporais, ligando a perceção verbal da PsiA aos objetivos somáticos de PsiC. Uma revisão da história somática da psicanálise, sob o prisma da inferência ativa, permite dissipar tensões: a abordagem verbal da PsiA configura, na verdade, uma intervenção somática que reformula a prática terapêutica. Este entendimento desafia os mitos do hiperintelectualismo da PsiA, reiterando a relevância das suas raízes incorporadas.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

Apenas falar

Sobre a Separação do Discurso e do Soma

Gabriella Hiatt

Nos quadros psicoterapêuticos contemporâneos, a fala é cada vez mais desvalorizada em favor de abordagens somáticas que enfatizam o corpo como um local primário de expressão e cura inconsciente. Este artigo examina criticamente os fundamentos históricos e teóricos desta dicotomia, traçando as suas raízes até aos dualismos do Iluminismo que separam a mente do corpo. Através de uma análise da hipnose, associação livre e teoria psicanalítica, esta investigação destaca a importância da fala como um ato incorporado e não apenas como função cognitiva. O trabalho de Jacques Lacan, Julia Kristeva e Sabina Spielrein é explorado para demonstrar como a linguagem e a experiência corporal estão profundamente entrelaçadas. Sustento que a fala não deve ser descartada como uma barreira ao acesso a material inconsciente, mas deve ser entendida como um espaço onde se manifestam dimensões corporais e afetivas da experiência. Ao integrar perspetivas psicanalíticas e somáticas, os clínicos podem promover uma compreensão aprofundada e multifacetada da fala incorporada na prática terapêutica.

A Influência da Libidometria nas Experiências Bioelétricas de Wilhelm Reich:

Uma Exploração de Duas Tentativas Psicanalíticas de Quantificar a Energia Psíquica

Jennifer Evans

Este artigo examina e recupera o contributo do psicanalista Sigfried Bernfeld para criar uma ciência da libido, assim como a sua relação e impacto no trabalho experimental inicial de Wilhelm Reich, fundador da psicoterapia corporal. As experiências bioelétricas de Reich, realizadas no final da década de 1930, marcam um momento fundamental na história da psicoterapia corporal e foram importantes para estabelecer um quadro científico para compreender a ligação mente-corpo. Menos conhecido é o facto de estas experiências terem sido precedidas por e realizadas paralelamente a uma iniciativa científica iniciada por Bernfeld para quantificar a libido em laboratório. Chamado libidometria, este projeto

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

científico visava resolver o problema mente-corpo demonstrando que os processos psíquicos têm correlatos somáticos quantificáveis, mensuráveis sob a forma de alterações de temperatura entre diferentes sistemas do corpo. Este artigo explora as implicações históricas da libidometria no contexto do trabalho científico de Reich e para o desenvolvimento da psicoterapia corporal. Este artigo elucida a complexa trajetória das tentativas psicanalíticas de compreender a energia dos impulsos e fornece um contexto mais profundo para a influência da libidometria na viragem experimental de Reich, bem como para a divergência das abordagens psicofisiológicas e psicoterapêuticas corporais ao problema mente-corpo.

Uma Perspetiva Alternativa sobre o Tratamento do Trauma

A Combinação de Paradigmas Mitológicos, Psicologia da Profundidade e Somática

Sharon G. Mijares

Atualmente tem sido dedicada muita atenção ao impacto do trauma no corpo no campo da somática. Uma análise de textos populares para praticantes e estudiosos somáticos revela que a cura do trauma é uma ênfase principal em cada um. Neste artigo, questiono se é útil incentivar o paradigma de vítima, agressor e salvador. Embora a maioria das pessoas queira responder com compaixão ao ajudar alguém que está a sofrer, a resposta empática pode não satisfazer a necessidade de coragem e força do cliente. Focar-se apenas em respostas de simpatia pode criar uma postura enfraquecida no cliente. Face às crescentes crises climáticas, é também crucial dispor de métodos avançados mente-corpo que permitam compreender e apoiar os refugiados. Wilhelm Reich notou as muitas formas como a energia vital pode ser bloqueada, mas não incentivou a identidade de vítima. Carl Gustav Jung estava focado no processo de Individuação, uma jornada para a totalidade baseada tanto na experiência consciente como inconsciente e no reconhecimento das energias arquetípicas disponíveis tanto para a cura como para a integridade. Existem mitologias que incluem trauma, heroísmo e cura dentro da mesma história. Para

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

evitar contribuir para uma humanidade enfraquecida, é bom explorar histórias mais significativas que conduzam à cura e à integridade.

O Papel do Corpo no Processamento do Trauma: A Guerra do Sudão

Suzan Shedid Elsayed

Este artigo explora a interseção entre abordagens psicanalíticas e somáticas para a recuperação de traumas, particularmente no contexto da guerra do Sudão e do seu impacto nas mulheres sudanesas deslocadas. O trauma não é apenas um fenómeno psicológico, mas está profundamente enraizado no corpo, manifestando-se em perturbações do sono, da digestão, dos ciclos menstruais e da regulação emocional. Através de experiências em primeira mão no terreno, este artigo examina como workshops informados sobre trauma – ministrados em árabe – proporcionaram às mulheres um espaço para cura, comunidade e reconexão com os seus corpos. Integrando práticas indígenas sudanesas, como a narrativa, o movimento e o ritual, juntamente com teorias contemporâneas do trauma, os workshops promoveram a regulação fisiológica e emocional. O conceito do *Terceiro Corpo* é explorado como um componente crítico na criação de espaços terapêuticos onde a dor não dita pode emergir e ser processada. Além disso, este artigo apela à descolonização das intervenções em trauma, defendendo investigação e financiamento centrados nas experiências vividas e no conhecimento cultural das comunidades que constituem a maioria global da população. Ao unir perceções psicanalíticas com práticas de cura incorporada, este estudo propõe um quadro para um cuidado do trauma mais inclusivo e eficaz.

Psicanálise e Soma

Dois corpos a navegar por ritmos intercorporais e espaços de trauma agudo e silencioso

Julianne Appel-Opper

Este artigo foca-se num trabalho terapêutico online e intercultural de longo prazo, no qual os dois corpos, o do terapeuta e do cliente se encontram e navegam por espaços traumáticos. A presença

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

incorporada do terapeuta e o seu "ser-com", para além da comunicação implícita corpo a corpo entre os dois corpos de terapeuta e cliente, são amplamente valorizados. São introduzidas intervenções incorporadas, baseando-se em conceitos da Terapia Gestalt Integrativa e da Psicanálise Relacional.

As mulheres suportam o fardo psicopatológico do trauma cultural:

Uma abordagem de tratamento somático

Maryanne Comaroto, Rebecca Pottenger, Kim Diorio, Lauren Shufran, Marlene Cohen

Este estudo aborda a lacuna na investigação sobre a objetificação sexual feminina (OSF) e a objetificação sexual feminina internalizada (OSFI), conceptualizando-as como traumas culturais enraizados. Estendendo as bases lançadas em pesquisas anteriores, esta investigação solidifica a OSF e a OSFI como feridas duradouras enraizadas numa história de cinco mil anos de opressão feminina. Este trauma cultural, denominado "o Transe", opera de forma discreta, tornando-se um fardo psicopatológico implícito e invisível para indivíduos cisgénero que se identificam como mulheres. “O Transe” leva ao surgimento de arquétipos perigosos e desconectados do corpo, criando uma desconexão entre indivíduos identificados como mulheres e os seus corpos, bem como uma divisão nas suas psiques. As emoções intensas e altamente desreguladas deste trauma inconsciente manifestam-se em vários sintomas, como dismorfia corporal, hipersexualização, ansiedade, depressão, perfeccionismo, baixa autoestima e um comprometimento do sentimento de valor pessoal. Utilizando uma abordagem fenomenológica, este estudo investiga a eficácia de um modelo inovador de tratamento somático no alívio do peso incorporado do Transe. Reconhecer o trauma como coletivo em vez de individual permite uma transição do implícito para o explícito, revelando o trauma nas sombras e promovendo o surgimento de novos arquétipos empoderados e baseados no autoamor. É crucial reconhecer que não podemos eliminar arquétipos; em vez disso, só podemos criar espaço para a chegada de novos. O modelo inovador de tratamento estabelece condições replicáveis para que este processo transformador se desenrole de forma fiável. Embora o estudo se enquadre numa tradição psicológica profunda, também explora uma abordagem integrativa à

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

psicoterapia corporal, na qual material inconsciente, afetivo e imaginativo emerge através da experiência somática, em vez da interpretação verbal isolada.

SOMÁTICA PRÉ-NATAL E PERINATAL

Corporização (Embodiment) Formativa

James Feil

A Corporização (Embodiment) Formativa aborda o modo como a ordem, estabilidade, estrutura e forma são criadas, mantidas, modificadas e evoluem na forma humana. Os princípios formativos são apresentados com uma breve descrição de como podem ser aplicados clinicamente. O paradigma formativo é também minimamente diferenciado de outras modalidades somáticas atualmente em destaque público. Este artigo expande os fundamentos conceptuais e clínicos da Corporização Formativa (CF) como uma metodologia somática integrativa que se ocupa do processo de autoformação humana ao longo da vida. Enraizada principalmente na Psicologia Formativa de Stanley Keleman e informada pela Biodinâmica Craniossacral, Terapia de Polaridade, Psicologia pré e perinatal, e por descobertas selecionadas da neurociência e biologia, a CF vê a incorporação como um processo morfogenético ativo através do qual padrões fisiológicos, emocionais, comportamentais e relacionais emergem e se reorganizam continuamente. Os princípios centrais explorados incluem a dinâmica pulsatória, a morfogénese, a primazia da ação no funcionamento humano e o papel dos limites na formação da identidade, adaptação e resiliência. O artigo também descreve a "Prática do Corpo" de Keleman, um procedimento clínico formativo concebido para reorganizar padrões habituais através do envolvimento voluntário músculo-cortical e da auto-observação incorporada. Ao enfatizar o processo de desenvolvimento, as origens embriológicas e a inteligência formativa intrínseca do corpo, a CF oferece

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

uma contribuição distinta para a prática somática contemporânea, integrando regulação, crescimento, movimento e significado num quadro terapêutico unificado.

O trauma é um fator de risco importante para doenças crónicas

Desencadeadores de Início da Doença, Fatores de Risco Pré e Perinatais e Oportunidades de Prevenção

Veronique Mead

O papel do trauma como fator de risco para doenças crónicas está a ganhar força, embora continue a ser pouco reconhecido nos cuidados de saúde. Um corpo crescente de evidências destaca o papel das experiências adversas no início da doença, na gravidade dos sintomas, nas crises e na idade de início da doença. Este artigo entrelaça os resultados da investigação com as experiências pessoais do autor sobre asma e síndrome de fadiga crónica incapacitante, a partir de perspetivas informadas pelo trauma. Esta jornada de descoberta conduz a um modelo de doença crónica orientado somaticamente. A teoria polivagal, a teoria do perigo celular e investigações relacionadas sugerem que doenças crónicas podem refletir corpos presos em fisiologia prolongada de ameaças, incluindo estados de luta, fuga e congelamento. O trauma é um fator de risco para fadiga crónica, doenças autoimunes, diabetes tipo 2 e outras doenças crónicas associadas à resistência à insulina, bem como para sintomas somáticos sem explicação médica e quadros de desregulação autonómica que podem não ter um diagnóstico específico. Este artigo destaca o papel dos fatores de risco pré e perinatais, da ligação e das perturbações na ligação no risco de doença. A investigação identifica indicadores de risco na primeira infância, na infância e na idade adulta, sugerindo possibilidades para terapias somáticas tanto na intervenção como na prevenção, incluindo apoio à ligação emocional, coregulação e reparação em pais e filhos.

Orientação para a Integração Mente-Corpo e Abordagens Baseadas em Atenção Plena

Cuidados de Saúde Pré-Natais e Perinatais

Antonella Sansone

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

Este artigo, de cariz teórico e fundamentado na evidência clínica, propõe uma estrutura integrativa mente-corpo para compreender a saúde, os processos psicológicos e a prática terapêutica, com especial ênfase nos cuidados pré-natais e perinatais. Em linha com o quadro não dualista de Broom, o termo mente-corpo (Mindbody) é usado para enfatizar a inseparabilidade dos processos psicológicos, fisiológicos, relacionais e de desenvolvimento. O artigo critica as limitações dos modelos dualistas e reducionistas nos cuidados de saúde contemporâneos, e explora o papel da incorporação, das experiências pré-natais, da interocepção e da atenção plena na formação da saúde mental e física ao longo da vida. Baseando-se na literatura teórica, observações clínicas e resultados da investigação sobre o programa *Prenatal Mindfulness Relationship-Based* (PMRB), o artigo examina as associações entre a atenção plena (mindfulness) materna, a interocepção, a saúde mental materna e a relação mãe-bebé durante a gravidez e o pós-parto. É dada especial atenção ao papel do praticante consciente e compassivo, aos processos relacionais incorporados e à contribuição das experiências pré-natais e perinatais para os resultados terapêuticos. O artigo propõe ainda uma reconceptualização do apego materno-fetal como um processo incorporado, relacional e bidirecional envolvendo um bebé não nascido ativo e responsivo, informado por perspetivas emergentes da psicologia pré-natal e perinatal. Os resultados analisados no artigo sugerem que abordagens baseadas em mindfulness e focadas nas relações podem apoiar o bem-estar materno, a consciência interoceptiva, a regulação emocional e o desenvolvimento precoce relacional. O artigo conclui com a discussão das implicações para a psicoterapia, cuidados pré-natais e perinatais, formação profissional e investigação futura, incluindo a necessidade de intervenções integrativas orientadas para a mente-corpo e estudos controlados longitudinais e randomizados de maior dimensão.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

INVESTIGAÇÃO

Eficácia subjetiva da meditação *Compassionate Emotional Body Healing* (C-EBH) durante um período stressante da vida – Um estudo introspetivo sobre o *Emotional Body Healing* (EBH)

Lea Gredig, *Anna-Lena Lumma*, *Friedrich Edelhäuser*, *Susanna Lübcke*, *Melanie Neumann*

Muitas pessoas sofrem com exigências crescentes nas suas vidas, o que resulta em stress, enquanto investigações recentes mostram que a meditação regular pode reduzir estes estados afetivos aversivos. No entanto, o papel da compaixão na gestão e redução do stress ainda não foram abordados em profundidade. Por isso, o presente estudo introspetivo (investigação na primeira pessoa) analisa a eficácia subjetiva da prática diária de meditação do programa Compassionate Emotional Body Healing (C-EBH) — ou seja, Meditação de Cura Emocional do Corpo Baseada na Compaixão —, assente na abordagem de Emotional Body Healing (EBH), ao longo de 50 pontos de medição durante um período de stress na vida. Os dados foram recolhidos através de registos escritos e transcrições áudio, e analisados através da Análise Fenomenológica Interpretativa. Os principais resultados indicam que a prática diária de C-EBH reduziu o stress, principalmente através da respiração consciente, melhorou a consciência corporal e aumentou a clareza do pensamento. As pontuações de stress antes de iniciar C-EBH (Mdn = 7,00) e seis semanas depois (Mdn = 2,26) diferiram significativamente. Além disso, observaram-se aumentos na compaixão pelos outros e na autocompaixão, bem como uma maior ligação emocional consigo próprio e com os outros, e um aumento da atenção plena em múltiplas dimensões. Apesar das limitações deste estudo exploratório, os resultados abrem novas vias para a investigação na promoção da compaixão, gestão do stress e prevenção do stress. São necessários futuros estudos introspetivos/qualitativos com amostras maiores para validar os resultados atuais.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

Evidência Quantitativa da Eficácia da Bioenergética

Análise em Contextos Ambulatórios

Margit Koemeda-Lutz, Agnes von Wyl, Aureliano Crameri, Peter Schulthess, Volker Tschuschke

Este artigo apresenta evidências quantitativas sobre a eficácia da Análise Bioenergética na psicoterapia ambulatória. Na primeira secção, reportamos dados de pré e pós-tratamento de 39 pacientes em regime ambulatório cujos terapeutas aplicaram a Análise Bioenergética. Os dados foram extraídos de um estudo longitudinal não randomizado mais amplo (PAP-S; von Wyl et al., 2013; Tschuschke et al., 2013; Crameri et al., 2014, 2016). Os tratamentos nesta subamostra mostraram melhorias significativas em quatro medidas de desfecho: o Questionário de Resultados-45 (OQ-45), o Inventário Breve de Sintomas (BSI), o Inventário de Depressão de Beck (BDI) e a Avaliação Global do Funcionamento (GAF). O tamanho médio do efeito nestas medidas foi de 0,83. Na segunda secção, reportamos dados de pré e pós-tratamento (BSI) de 90 doentes tratados por estudantes de Análise Bioenergética sob supervisão. Estes tratamentos apresentaram um tamanho de efeito de 1,09, comparado com 0,93 na subamostra PAP-S BSI. Ambos os tamanhos de efeito são elevados e comparáveis aos normalmente reportados para outras abordagens, como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC). Por exemplo, Cuijpers et al. (2023) reportaram um tamanho médio de efeito de 0,54 para intervenções psicológicas em doentes com perturbações depressivas e/ou de ansiedade. No nosso estudo, os doentes com sintomas graves no momento da admissão apresentaram a recuperação mais acentuada. Embora a avaliação dos resultados dos doentes tratados por estudantes sob supervisão não tenha cumprido todos os requisitos de um desenho metodológico rigoroso (por exemplo, ausência de grupos de controlo emparelhados, dependência de uma única medida de autorrelato e ausência de avaliações diagnósticas independentes), os resultados fornecem, no entanto, dados que sustentam a eficácia dos tratamentos bioenergéticos. Por inferência, sugerem também a potencial eficácia de programas de educação contínua e formação em psicoterapia em Análise Bioenergética.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

PRÁTICA CLÍNICA

Consciência, Gestão e Resolução do Trauma Secundário na Prática Terapêutica: Uma Revisão das Estratégias Existentes e da Experiência Somática como Modalidade Preventiva e de Cura

Gregory James

A gestão e prevenção do trauma secundário são dificultadas por uma terminologia inconsistente, com construtos relacionados frequentemente usados de forma intercambiável tanto na literatura académica como na prática profissional. Este artigo de reflexão defende que são necessárias distinções conceptuais mais claras para fortalecer as respostas da investigação e as das organizações ao trauma secundário entre os clínicos que trabalham com relatos de trauma. Oferece definições claras para as diferentes apresentações do trauma secundário, juntamente com uma revisão crítica da literatura existente sobre estratégias de prevenção e gestão. A investigação analisada sugere que abordagens que reconhecem explicitamente o trauma secundário e incorporam intervenções direcionadas sob supervisão podem desempenhar um papel importante na prevenção e resolução destes sintomas. Com base em evidências de contextos de tratamento de trauma e formação de profissionais, a "Somatic Experiencing", uma modalidade de trauma baseada na resiliência, é sugerida como uma adição promissora às estratégias existentes na prevenção e alívio da traumatização secundária.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

Ativações Oculares na Psicoterapia Corporal:

Avaliações Clínicas e Metodológicas

Luisa Barbato

O artigo examina as ativações oculares utilizadas pela vegetoterapia caractero-analítica da SIAR (Sociedade Italiana de Análise Reichiana). Quatro ativações oculares diferentes são propostas na psicoterapia reichiana contemporânea. Diferem na aplicação clínica, mas estão unificadas dentro do quadro terapêutico reichiano. Estas ativações são comparadas com duas metodologias que têm âmbitos clínicos diferentes, mas que também atuam no segmento ocular: Brainspotting (BSP) e Dessensibilização e Reprocessamento por Movimentos Oculares (EMDR). Tanto as metodologias técnicas como as valências clínicas e psicodinâmicas destes processos de ativação ocular são comparadas. A comparação oferece insights sobre o processo cada vez mais avançado e integrado da evolução clínica.

ABORDAGENS INTERDISCIPLINARES

Abordagens Somáticas na Terapia Assistida por Psicadélicos

Tobias Penno

As substâncias psicadélicas tornaram-se rapidamente um novo paradigma na psicoterapia global e na prática clínica. Muitos protocolos clínicos psicadélicos destacam a importância de um conjunto de competências psicoterapêuticas somáticas para os guias, terapeutas e facilitadores, o que é sustentado por um corpo crescente de investigação. Esta revisão da literatura examina como os princípios da psicoterapia somática são explicitamente discutidos na literatura psicadélica, enquanto destaca as limitações de não considerar as muitas formas implícitas como estes princípios são abordados. A literatura selecionada é analisada principalmente para compreender o papel de um conjunto de competências psicoterapêuticas somáticas na terapia assistida por psicadélicos. A revisão está organizada em quatro

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

partes. Primeiro, explora rituais incorporados indígenas envolvendo medicamentos psicadélicos. Em segundo lugar, discute perspetivas psicoterapêuticas clínicas sobre o trabalho somático com psilocibina, MDMA e cetamina. Em terceiro lugar, analisa a literatura sobre competências dos terapeutas psicadélicos relacionadas com competências somáticas. Por fim, analisa a neurobiologia psicadélica para determinar se a evidência científica suporta a relevância de competências somáticas para guias, terapeutas e facilitadores. Embora o conhecimento atual sobre os aspetos específicos da psicoterapia somática mais eficazes neste modelo terapêutico seja ainda limitado, esta revisão conclui que o setor deve integrar as abordagens somáticas como uma competência nuclear para estes profissionais.

Explorando a Interseção entre a Psicologia Somática e a Terapia Ocupacional:

O Potencial das Estratégias de Modulação Sensorial

Kristina Dobyns

Este artigo de perspetiva descreve a promessa das estratégias de modulação sensorial da terapia ocupacional (TO)—uma abordagem sensorial baseada no momento presente, tradicionalmente usada com crianças com dificuldades de processamento sensorial—e explora a sua potencial relevância para a psicologia somática. Estas estratégias, como por exemplo, o uso de aromas, pressão suave, auscultadores com cancelamento de ruído, mantas com peso/cobertores pesados e atividades direcionadas ao input vestibular ou propriocetivo, têm demonstrado sucesso na regulação dos níveis de excitação e na melhoria do funcionamento geral sem exigir elevados níveis de carga cognitiva. Estudos qualitativos e quantitativos associam estas estratégias a uma maior consciência incorporada e sugerem ainda que podem ser úteis para gerir impulsos e compulsões. Baseando-se na experiência pessoal e na literatura emergente, o artigo não oferece recomendações de tratamento, mas propõe potenciais benefícios e convida psicólogos, profissionais e *coaches* a explorar práticas informadas pela terapia ocupacional para enriquecer os seus próprios métodos terapêuticos. A adaptabilidade, acessibilidade e natureza humanista das estratégias de

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@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

modulação sensorial sugerem que estas podem constituir um valioso contributo para o conjunto de ferramentas de promoção do bem-estar.

Cura Sonora como Medicina Musical: Revisão de Técnicas e Evidências Académicas

LeaAnne DeRigne e Hobbes Isaac Liebschutz

Este artigo examina a evidência clínica sobre a terapia do som/ cura sonora, particularmente o uso de taças tibetanas, em vários resultados de saúde. A revisão analisou 14 estudos revistos por pares, publicados entre 2000 e 2024, analisando tanto os resultados fisiológicos como os de saúde mental. Os resultados sugerem que intervenções de cura sonora, especialmente aquelas que utilizam taças tibetanas, podem oferecer vários benefícios para a saúde, incluindo melhor regulação da pressão arterial, diminuição da frequência cardíaca, maior variabilidade da frequência cardíaca, redução dos níveis de dor, melhorias na função cognitiva, melhor controlo da asma e redução da sonolência durante o dia. Intervenções de cura sonora também têm sido associadas a resultados positivos para a saúde mental, tais como: redução da ansiedade, diminuição da depressão, níveis de stress mais baixos, bem como aumento da felicidade, paz interior e bem-estar geral. No entanto, apesar destas descobertas promissoras, a investigação sobre cura sonora está limitada por amostras reduzidas, variações metodológicas e necessidade de protocolos padronizados. São necessários estudos rigorosos e de grande escala, especialmente ensaios clínicos randomizados, para testar melhor estes resultados iniciais e determinar os efeitos a longo prazo da cura/terapia sonora.

Editor-In-Chief *Aline LaPierre* editorinchief@ibpj.org • Deputy Editor *Kalina Raycheva* deputyeditor@ibpj.org

Associate Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Liliya Foteva* managingeditor@ibpj.org

Assistant Editor *Daniela Andreeva* assistanteditor@ibpj.org • Assistant Editor *Nichole Vidolova* IBPJsubmissions@ibpj.org