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

АННОТАЦИИ – IBPJ – Выпуск 24, Номер 1

СПЕЦИАЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

ПСИХОАНАЛИЗ И ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

ИНТЕРВЬЮ

Психоанализ, Соматика и Будущее Интерсубъективности

Беседа с Джессикой Бенджамин и Кристофером Уоллингом

Хелена Виссинг

Отношения между психоанализом и соматической психологией долгое время характеризовались как глубокой исторической взаимосвязью, так и продолжающейся теоретической фрагментацией. Хотя ранние психоаналитические мыслители, такие как Фрейд и Райх, рассматривали тело как центральный элемент психической жизни, современные исследования часто развивались по параллельным, но недостаточно интегрированным направлениям. В последние десятилетия реляционный поворот в психоанализе, наряду с достижениями в теории регуляции аффекта, интерперсональной нейробиологии и исследованиях травмы, создал новые условия для диалога между этими областями (Benjamin, 2017; Schore, 2012). В то же время соматическая психотерапия стремительно развивалась, хотя зачастую и без общей метапсихологической структуры для организации своих разнообразных подходов. Эта беседа между двумя психоаналитиками, Джессикой Бенджамин и Кристофером Уоллингом, возникает в критический момент. Она исследует, как такие концепции, как интерсубъективность, признание и воплощение могут служить мостами между психоаналитическими и соматическими традициями. Через свой диалог авторы освещают

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

меняющуюся роль тела в реляционной теории, важность материнской субъективности и потенциал для более интегративной структуры, способной охватить как клинические, так и социокультурные измерения человеческого опыта.

Психоанализ — это Телесно-ориентированная Психотерапия:

С Точки Зрения Концепции Активного Вывода

Лия Бенсон

Психоанализ (ПсА) и телесно-ориентированную психотерапию (ТОП) часто противопоставляют друг другу: первый исследует бессознательное, вторая — проживаемый телесный опыт. В данной статье утверждается, что они сближаются, если рассматривать их через призму активного вывода — концепции из области нейронаук. Активный вывод постулирует, что разум/мозг/тело является проактивной прогностической системой, которая формирует реальность на основе ожиданий, связанных с физиологическими состояниями, а не пассивной системой, реагирующей на поступающие данные. Исторически психоанализ всегда взаимодействовал с телом — от фрейдовского «телесного Я» до функционального тождества Райха. Современный психоанализ продолжает эту линию через концепции переноса и сопротивления, которые здесь понимаются как соматические прогнозы. В отличие от сфокусированной на симптомах ТОП (например, Хакоми, Соматическое переживание), психоанализ солидарен с глубинно-ориентированным биоэнергетическим анализом (БА), поскольку выявляет убеждения, управляющие телесными паттернами, с помощью свободных ассоциаций, а не устраняет симптомы посредством заученных упражнений. Как показывает концепция активного вывода, слова регулируют телесные состояния, связывая вербальный инсайт психоанализа с соматическими целями ТОП. Обзор соматической истории психоанализа и призма активного вывода снимают существующие противоречия:

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

психоаналитическое «лечение разговором» — это соматическое лечение, меняющее представление о терапевтической практике. Это бросает вызов мифам об «избыточной» интеллектуализированности психоанализа, подтверждая его телесные корни и актуальность.

Просто Разговоры

Об Отделении Речи от Сомы

Габриэлла Хайатт

В современных психотерапевтических концепциях речь все чаще обесценивается в пользу соматических подходов, которые подчеркивают, что тело является главным местом проявления бессознательного и исцеления. В данной статье критически рассматриваются исторические и теоретические основы этой дихотомии, а ее корни прослеживаются в дуализме эпохи Просвещения, разделяющем разум и тело. Через анализ гипноза, свободных ассоциаций и психоаналитической теории это исследование подчеркивает важность речи как воплощенного в теле акта, а не чисто когнитивной функции. В работе исследуются труды Жака Лакана, Юлии Кристевой и Сабины Шпильрейн, чтобы продемонстрировать, насколько глубоко переплетены язык и телесный опыт. Я утверждаю, что речь не должна восприниматься как барьер для доступа к бессознательному материалу; ее следует понимать как пространство, где проявляются телесные и аффективные измерения опыта. Интегрируя психоаналитический и соматический подходы, клиницисты могут прийти к более тонкому пониманию телесной речи в терапевтической практике.

Влияние Либидометрии на Биоэлектрические Эксперименты Вильгельма Райха:

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

Исследование Двух Психоаналитических Попыток Квантификации Психической Энергии

Дженнифер Эванс

В данной статье заново рассматриваются попытки психоаналитика Зигфрида Бернфельда создать науку о либидо, а также их связь с ранней экспериментальной работой основателя телесно-ориентированной психотерапии Вильгельма Райха и их влияние на нее. Биоэлектрические эксперименты Райха, проведенные в конце 1930-х годов, знаменуют собой основополагающий момент в истории телесно-ориентированной психотерапии и имели важное значение для создания научной базы для понимания связи между разумом и телом. Менее известен тот факт, что этим экспериментам предшествовал и развивался параллельно с ними научный проект, начатый Бернфельдом с целью квантификации либидо в лабораторных условиях. Этот научный проект, названный либидометрией, был направлен на решение психофизической проблемы путем доказательства того, что психические процессы имеют поддающиеся количественной оценке соматические корреляты, измеряемые в виде изменений температуры между различными системами организма. В статье исследуется историческое значение либидометрии в контексте научной работы Райха и для развития телесно-ориентированной психотерапии. Она проливает свет на богатую историю психоаналитических попыток понять энергию влечений и дает более глубокий контекст влияния либидометрии на экспериментальный поворот Райха, а также расхождения психофизиологических и телесно-психотерапевтических подходов к психофизической проблеме.

Альтернативный Взгляд на Лечение Травмы:

Сочетание Мифологической, Глубинно-психологической и Соматической Парадигм

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

Шэрон Г. Михарес

В области соматики большое внимание уделяется воздействию травмы на тело. Анализ популярных текстов для соматических практиков и ученых показывает, что исцеление травмы является главным акцентом в каждом из них. В этой статье я ставлю под сомнение, насколько полезно поощрять парадигму жертвы, преследователя и спасателя. Хотя большинство людей хотят сопереживать, помогая кому-то, кто страдает, эмпатический ответ может не обеспечить потребность клиента в мужестве и силе. Фокусирование только на сочувственных реакциях может создать ослабленную позицию внутри клиента. Учитывая нарастающие климатические кризисы, также ценно иметь передовые методы работы с разумом и телом для помощи беженцам и их понимания. Вильгельм Райх отмечал множество способов блокирования жизненной энергии, но он не поощрял идентичность жертвы. Карл Густав Юнг был сосредоточен на процессе индивидуации — пути к целостности, основанном как на сознательном, так и на бессознательном опыте, а также на признании архетипических энергий, доступных как для исцеления, так и для достижения целостности. Существуют мифологии, включающие в себя травму, героизм и исцеление в рамках одной и той же истории. Чтобы избежать содействия ослаблению человечества, полезно исследовать более глубокие и значимые истории, ведущие к исцелению и целостности.

Роль Тела в Проработке Травмы: Война в Судане

Сузан Шедид Эльсайед

В данной статье исследуется пересечение психоаналитического и соматического подходов к восстановлению после травмы, в частности, в контексте войны в Судане и её воздействия на перемещенных суданских женщин. Травма — это не только психологический феномен, она глубоко укоренена в теле, проявляясь в нарушениях сна, пищеварения, менструального цикла и

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

эмоциональной регуляции. На основе личного опыта работы в полевых условиях в этой статье рассматривается, как семинары с учетом специфики травмы — проводимые на арабском языке — предоставили женщинам пространство для исцеления, сообщества и воссоединения со своими телами. Интегрируя традиционные суданские практики, такие как рассказывание историй, движение и ритуалы, наряду с современными теориями травмы, эти семинары способствовали физиологической и эмоциональной регуляции. Концепция Третьего Тела исследуется как критически важный компонент в создании терапевтических пространств, где невысказанная боль может выйти на поверхность и быть проработана. Кроме того, данная статья призывает к деколонизации вмешательств при травмах, выступая за исследования и финансирование, которые ставят в центр внимания жизненный опыт и культурные знания сообществ Глобального Большинства. Объединяя психоаналитические идеи с практиками телесного исцеления, это исследование предлагает основу для более инклюзивной и эффективной помощи при травмах.

Психоанализ и Сома

Два Тела, Перемещающиеся Сквозь Межтелесные Ритмы и Пространства Острого и Молчаливого Травматического Опыта

Джулианн Аппель-Оппер

Эта статья посвящена длительной онлайн и межкультурной терапевтической работе, в которой два тела — терапевта и клиента — находят друг друга и перемещаются сквозь травматические пространства. Здесь уделяется место телесному присутствию терапевта и его «бытию-с», в дополнение к неявным коммуникациям «от тела к телу» между двумя телами терапевта и клиента. Описываются телесные интервенции, опирающиеся на концепции интегративной гештальт-терапии и реляционного психоанализа.

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

Женщины Несут Психопатологическое Бремя Культурной Травмы:

Соматический Терапевтический Подход.

Мэриэнн Комарото, Ребекка Поттенгер, Ким Диорио, Лорен Шуфран, Марлен Коэн.

Это исследование восполняет пробел в изучении сексуальной объективации женщин (СОЖ) и интернализованной сексуальной объективации женщин (ИСОЖ), концептуализируя их как укоренившиеся культурные травмы. Расширяя базу, заложенную в предыдущих исследованиях, данная работа утверждает СОЖ и ИСОЖ как устойчивые раны, коренящиеся в пятитысячелетней истории угнетения женского начала. Эта культурная травма, названная «Трансом», действует неявно, становясь скрытым и невидимым психопатологическим бременем для цисгендерных лиц, идентифицирующих себя как женщины. «Транс» приводит к появлению деструктивных, оторванных от телесности архетипов, создавая разрыв между идентифицирующими себя как женщины индивидами и их телами, а также раскол внутри их психики. Интенсивные, крайне дезорганизованные эмоции этой бессознательной травмы проявляются в различных симптомах, таких как дисморфофобия, гиперсексуализация, тревога, депрессия, перфекционизм, низкая самооценка и низкое чувство собственного достоинства. Используя феноменологический подход, данное исследование изучает эффективность инновационной модели соматического лечения в облегчении телесного бремени Транса. Признание травмы коллективной, а не индивидуальной, позволяет осуществить переход от скрытого к явному, выводя травму из тени и способствуя появлению новых, сильных и любящих себя архетипов. Крайне важно признать, что мы не можем устранить архетипы; вместо этого мы можем лишь создать пространство для прихода новых. Инновационная модель лечения создает воспроизводимые условия для надежного развертывания этого трансформационного процесса. Хотя исследование находится в рамках традиции глубинной психологии, в нем также исследуется интегративный подход к телесно-ориентированной психотерапии, в котором бессознательный, аффективный и имагинальный материал проявляется

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

через соматический опыт, а не только через вербальную интерпретацию.

ПРЕНАТАЛЬНАЯ И ПЕРИНАТАЛЬНАЯ СОМАТИКА

Формирующее Воплощение

Джеймс Фейл

Формирующее воплощение посвящено тому, как порядок, стабильность, структура и форма создаются, поддерживаются, изменяются и развиваются в человеческой форме. Формирующие принципы представлены с минимальным описанием того, как они могут применяться клинически. Формирующая парадигма также минимально дифференцирована от других соматических модальностей, находящихся в настоящее время в поле зрения общественности. Эта статья расширяет концептуальные и клинические основы Формирующего Воплощения (ФВ) как интегративной соматической методологии, связанной с пожизненным процессом самоформирования человека. Уходящая корнями прежде всего в Формирующую психологию Стэнли Келемана и опирающаяся на краниосакральную биодинамику, терапию полярностей, пре- и перинатальную психологию, а также отдельные выводы из нейронауки и биологии, ФВ рассматривает воплощение как активный морфогенетический процесс, посредством которого непрерывно возникают и реорганизуются физиологические, эмоциональные, поведенческие и реляционные паттерны. Исследуемые центральные принципы включают пульсаторную динамику, морфогенез, первичность действия в функционировании человека и роль границ в формировании идентичности, адаптации и жизнестойкости. В статье также описывается «Практика телесного воплощения» Келемана — формирующая клиническая процедура, разработанная для реорганизации привычных паттернов посредством произвольного мышечно-коркового вовлечения и воплощенного самонаблюдения. Подчеркивая процесс развития, эмбриологическое происхождение и внутренний формирующий интеллект тела, ФВ вносит особый вклад в современную соматическую практику, интегрируя регуляцию, рост, движение и смысл в единую терапевтическую структуру.

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

Травма — Важный Фактор Риска Развития Хронических Заболеваний

Триггеры Начала, Пре- и перинатальные Факторы Риска и Возможности для Профилактики

Вероник Мид

Роль травмы как фактора риска развития хронических заболеваний приобретает все большее значение, хотя она по-прежнему недостаточно признана в сфере здравоохранения. Растущее количество доказательств подчеркивает роль неблагоприятного опыта в начале заболевания, тяжести симптомов, обострениях и возрасте начала болезни. Эта статья переплетает результаты исследований с личным опытом автора, столкнувшегося с астмой и инвалидизирующим синдромом хронической усталости, с позиций информированности о травме. Этот путь открытий ведет к соматически-ориентированной модели хронических заболеваний. Поливагальная теория, теория клеточной опасности и связанные с ними исследования предполагают, что хронические заболевания могут отражать состояние организма, застрявшего в длительной физиологии угрозы, включая состояния борьбы, бегства и замирания. Травма является фактором риска развития хронической усталости, аутоиммунных заболеваний, диабета 2 типа и других хронических заболеваний, связанных с инсулинорезистентностью, а также необъяснимых с медицинской точки зрения симптомов и симптомов вегетативной дисрегуляции, которые могут не иметь конкретного диагноза. В этой статье подчеркивается роль пре- и перинатальных факторов риска, привязанности и нарушений привязанности в риске возникновения заболеваний. Исследование выявляет показатели риска в младенчестве, детстве и во взрослом возрасте, предлагая возможности для соматической терапии как в рамках вмешательства, так и в рамках профилактики, включая поддержку эмоциональной связи, корегуляции и восстановления у родителей и детей.

Ориентация на Интеграцию Разума и Тела и Подходы на Основе Осознанности в Пренатальном и

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

Перинатальном Здравоохранении

Антонелла Сансоне

Эта теоретическая и клинически обоснованная статья предлагает интегративную структуру «разума-тела» для понимания здоровья, психологических процессов и терапевтической практики с особым акцентом на пренатальное и перинатальное здравоохранение. В соответствии с недуалистической концепцией Брума, термин «разум-тело» используется для того, чтобы подчеркнуть неотделимость психологических, физиологических, реляционных процессов и процессов развития. В работе критикуются ограничения дуалистических и редукционистских моделей в современном здравоохранении, а также исследуется роль воплощения в теле пренатального опыта, интероцепции и осознанности в формировании психического и физического здоровья на протяжении всей жизни. Опираясь на теоретическую литературу, клинические наблюдения и результаты исследований программы «Пренатальная осознанность на основе отношений» (PMRB), статья исследует связи между осознанностью матери, интероцепцией, психическим здоровьем матери и отношениями между матерью и ребенком во время беременности и в послеродовом периоде. Особое внимание уделяется роли осознанного и сострадательного практика, воплощенным реляционным процессам и вкладу пренатального и перинатального опыта в терапевтические результаты. Далее в статье предлагается переосмысление пренатальной привязанности (матери к плоду) как воплощенного, реляционного и двунаправленного процесса, в который вовлечен активный и реагирующий еще не родившийся младенец, что подкрепляется новыми перспективами пренатальной и перинатальной психологии. Обзор результатов, представленный в статье, позволяет предположить, что подходы, основанные на осознанности и ориентированные на отношения, могут поддерживать благополучие матери, интероцептивную осведомленность, эмоциональную регуляцию и раннее реляционное развитие. Статья завершается обсуждением значения этих выводов для психотерапии, пренатального и перинатального

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

здравоохранения, профессионального обучения и будущих исследований, включая необходимость в интегративных вмешательствах, ориентированных на разум-тело, а также в более масштабных лонгитюдных и рандомизированных контролируемых исследованиях.

ИССЛЕДОВАНИЕ

Субъективная Эффективность Сострадательной Медитации EBH (C-EBH) в Стрессовый Период Жизни — Интроспективное Исследование Эмоционального Исцеления Тела (EBH)

Леа Гредиг, Анна-Лена Лумма, Фридрих Эдельхойзер, Сусанна Любке, Мелани Нойманн

Многие люди страдают от возрастающих требований в своей жизни, приводящих к стрессу, в то время как недавние исследования показывают, что регулярная медитация может уменьшить эти обременяющие эмоции. Однако роль сострадания в преодолении и снижении стресса до сих пор не была подробно рассмотрена. Поэтому настоящее интроспективное исследование (исследование от первого лица) изучает субъективную эффективность ежедневной практики телесно-ориентированной медитации сострадания (C-EBH), основанной на эмоциональном исцелении тела (EBH), на протяжении 50 точек измерения в стрессовый период жизни. Данные собирались с помощью письменных отчетов и расшифрованных аудиозаписей, а анализировались с использованием интерпретативного феноменологического анализа (ИФА). Основные результаты показывают, что ежедневная практика C-EBH снижала стресс, прежде всего, за счет осознанного дыхания, улучшения осознания тела и повышения ясности мышления. Показатели стресса до начала C-EBH (Mdn=7.00) и шесть недель спустя (Mdn=2.26) существенно отличались. Более того, наблюдалось повышение сострадания к другим и самосострадания, а также большая эмоциональная связь с собой и другими и повышенная осознанность в нескольких измерениях. Несмотря на ограничения этого поискового исследования, результаты открывают новые пути для исследований в области развития сопереживания, управления стрессом и профилактики стресса.

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

Будущие интроспективные/качественные исследования с большими выборками необходимы для подтверждения настоящих результатов.

Количественные Доказательства Эффективности Биоэнергетического Анализа в Амбулаторных Условиях

Маргит Коэмеда-Лутц, Агнес фон Вил, Аурелиано Крамери, Петер Шультесс, Фолькер Чушке

В данной статье представлены количественные доказательства эффективности биоэнергетического анализа в амбулаторной психотерапии. В первом разделе мы приводим данные «до и после» для 39 пациентов в амбулаторных условиях, чьи терапевты применяли биоэнергетический анализ. Данные были взяты из более масштабного нерандомизированного полевого исследования процесса и результатов (PAP-S; von Wyl et al., 2013; Tschuschke et al., 2013; Crameri et al., 2014, 2016). Лечение в этой подвыборке показало значительные улучшения по четырем показателям результатов: Опроснику результатов-45 (OQ-45), Краткому перечню симптомов (BSI), Опроснику депрессии Бека (BDI) и Глобальной оценке функционирования (GAF). Средний размер эффекта по этим показателям составил 0,83. Во втором разделе мы приводим данные «до и после» (BSI) для 90 пациентов, проходивших лечение у студентов, обучающихся биоэнергетическому анализу, под супервизией. Это лечение дало размер эффекта 1,09 по сравнению с 0,93 в подвыборке BSI исследования PAP-S. Оба размера эффекта являются высокими и сопоставимыми с теми, о которых обычно сообщается для других подходов, таких как когнитивно-поведенческая терапия (КПТ). Например, Кёйперс и соавт. (Cuijpers et al., 2023) сообщили о среднем размере эффекта 0,54 для психологических вмешательств у пациентов с депрессивными и/или тревожными расстройствами. В нашем исследовании пациенты с тяжелым симптоматическим дистрессом при поступлении показали наибольшее улучшение. Хотя оценка результатов пациентов, проходивших лечение у студентов под супервизией, не соответствовала всем требованиям строгого дизайна исследования (например, отсутствие сопоставимого контроля, опора на единственный показатель самоотчета,

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

отсутствие независимых диагностических оценок), результаты, тем не менее, обеспечивают подтверждающие доказательства эффективности биоэнергетического лечения. По аналогии они также указывают на потенциальную эффективность программ непрерывного образования и обучения психотерапии в области биоэнергетического анализа.

КЛИНИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА

Осознание, Преодоление и Разрешение Вторичной Травмы в Терапевтической Практике:

Обзор Существующих Стратегий и «Соматическое Переживание» как Профилактический и Исцеляющий Метод

Грегори Джеймс

Управлению и профилактике вторичной травмы препятствует противоречивая терминология, при этом родственные понятия часто используются как взаимозаменяемые как в академической литературе, так и в профессиональной практике. В данной рефлексивной статье утверждается, что необходимы более четкие концептуальные различия для усиления как научных исследований, так и мер реагирования на рабочих местах на вторичную травму среди клиницистов, работающих с травматическим материалом. Автор предлагает четкие определения для различных проявлений вторичной травмы, а также критический обзор существующей литературы по стратегиям профилактики и управления. Рассмотренные исследования показывают, что подходы, которые открыто признают вторичную травму и включают целевые интервенции в процесс супервизии, могут играть важную роль в предотвращении и устранении этих симптомов. Опираясь на данные из контекста лечения травм и обучения специалистов, «Соматическое переживание» (Somatic Experiencing) — метод работы с травмой, основанный на развитии жизнестойкости, — предлагается в качестве перспективного дополнения к существующим стратегиям профилактики и облегчения вторичной травматизации.

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

Глазные Активации в Телесно-ориентированной Психотерапии:

Клинические и Методологические Оценки

Луиза Барбато

В статье рассматриваются глазные активации, используемые в характерологическом анализе и вегетотерапии SIAR (Итальянского общества райхианского анализа). В современной райхианской психотерапии предлагаются четыре различные глазные активации. Они различаются по клиническому применению, но объединены в рамках райхианской терапевтической концепции. Эти активации сопоставляются с двумя методологиями, которые имеют иную клиническую направленность, но также работают с глазным сегментом: Брэйнспоттинг (BSP) и десенсибилизация и переработка движением глаз (ДПДГ / EMDR). Сравниваются как технические методологии, так и клинические и психодинамические валентности этих процессов глазной активации. Данное сравнение предлагает понимание все более продвинутого и интегрированного процесса клинической эволюции.

МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЙ ПОДХОД

Соматические Подходы в Психоделически-ассистированной Терапии

Тобиас Пенно

Психоделические препараты быстро стали новой парадигмой в мировой психотерапии и клинической практике. Многие клинические протоколы применения психоделиков подчеркивают важность наличия у проводников соматических психотерапевтических навыков, что подтверждается растущим числом исследований. В данном обзоре литературы изучается, как принципы соматической психотерапии открыто обсуждаются в психоделической литературе, а также

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

подчеркиваются ограничения, связанные с игнорированием множества скрытых способов рассмотрения этих принципов. Отобранная литература анализируется прежде всего для понимания роли соматических психотерапевтических навыков в психоделически-ассистированной терапии. Обзор разделен на четыре части. Во-первых, в нем исследуются телесные ритуалы коренных народов с использованием психоделических препаратов. Во-вторых, в нем обсуждаются клинические психотерапевтические взгляды на соматическую работу с псилоцибином, МДМА и кетамином. В-третьих, анализируется литература о компетенциях психоделических терапевтов, связанных с соматическими навыками. Наконец, в нем рассматривается нейробиология психоделиков, чтобы определить, подтверждают ли нейробиологические исследования идею о необходимости соматических навыков для проводников. Хотя еще многое предстоит узнать о том, какие именно аспекты соматической психотерапии наиболее полезны в психоделической терапии, в завершение этого обзора утверждается, что данная сфера должна принять подходы соматической терапии в качестве ключевой компетенции для проводников.

Исследование Пересечения Соматической Психологии и Эрготерапии:

Потенциал Стратегий Сенсорной Модуляции

Кристина Добинс

Эта статья, отражающая авторский взгляд, описывает перспективы стратегий сенсорной модуляции из эрготерапии (ОТ) — основанного на сенсорном восприятии и моменте «здесь и сейчас» подхода, традиционно используемого при работе с детьми с нарушениями обработки сенсорной информации, — и исследует их потенциальную применимость в соматической психологии. Эти стратегии, такие как использование ароматов, мягкого давления, шумоподавляющих наушников, утяжеленных одеял и активностей, направленных на вестибулярные или проприоцептивные стимулы, доказали свою эффективность в регулировании уровней

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

возбуждения и улучшении общего функционирования, не требуя при этом высокой когнитивной нагрузки. Качественные и количественные исследования связывают такие стратегии с улучшением телесной осознанности, а также предполагают, что они могут быть полезны для управления непреодолимыми влечениями и компульсиями. Опираясь на личный опыт и новую литературу, статья не предлагает готовых рекомендаций по лечению, но выдвигает предположения о потенциальных преимуществах и приглашает психологов, практиков и коучей исследовать методы, основанные на эрготерапии, для обогащения собственных терапевтических подходов. Адаптивность, доступность и личностно-ориентированный характер стратегий сенсорной модуляции позволяют предположить, что они могут стать ценным дополнением к инструментарию для поддержания благополучия.

Звуковое Исцеление как Медицина Звука: Обзор Методов и Научных Доказательств

ЛиЭнн ДеРинь и Хоббс Айзек Либшутц

В данной статье рассматриваются клинические доказательства эффективности звукового исцеления, в частности использования тибетских поющих чаш, на различные показатели здоровья. В ходе обзора было проанализировано 14 рецензируемых исследований, опубликованных в период с 2000 по 2024 год, в которых изучались как физиологические показатели, так и исходы для психического здоровья. Результаты позволяют предположить, что вмешательства с использованием звукового исцеления, особенно те, в которых применяются тибетские поющие чаши, могут принести ряд преимуществ для здоровья, включая улучшение регуляции артериального давления, снижение частоты сердечных сокращений, повышение вариабельности сердечного ритма, снижение уровня боли, улучшение когнитивных функций, более эффективный контроль астмы и снижение дневной сонливости. Вмешательства со звуковым исцелением также были связаны с положительными исходами для психического здоровья, такими как: снижение тревожности, уменьшение депрессии, более низкий уровень стресса, а также повышение уровня счастья, внутреннего мира и общего

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

благополучия. Однако, несмотря на эти многообещающие результаты, исследования в области звукового исцеления ограничены малыми размерами выборок, методологическими различиями и потребностью в стандартизированных протоколах. Необходимы дальнейшие строгие крупномасштабные исследования, в частности рандомизированные контролируемые испытания, чтобы дополнительно проверить эти первоначальные выводы и определить долгосрочные эффекты звукового исцеления.

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