

ABSTRAKTI – IBPJ - Vëllimi 23, Numri 1, 2024

Daulle Terapeutike e Bazuar në Teorinë Polivagale

për Viktimat e Dhunës Ndërpersonale

Studim Fizibiliteti

Jessica Hogle, Debra Nelson-Gardell, Nancy Rubin

ABSTRAKTI

Përfshirja e modaliteteve terapeutike për të mbijetuarit e traumës që integrojnë trurin, mendjen dhe trupin është thelbësore për adresimin e përgjigjeve dhe simptomave të ndryshme fiziologjike të shkaktuara nga dhuna ndërpersonale (van der Kolk, 2014). Neglizhimi i përfshirjes së trupit në terapi lë jashtë komponent thelbësor të nevojshëm për shërimin. Teoria polivagale ndihmon në shpjegimin e përgjigjeve fiziologjike ndaj traumës nga perspektivat e biologjisë dhe neuroshkencës (Porges, 2018). Një metodë e re që po përdoret si mjet terapeutik ka qenë integrimi i ritmit dhe daulleve. Kjo ndërhyrje integroi konceptet nga teoria polivagale në ushtrimet terapeutike me daulle, si eksplorimi i gjendjeve të ndryshme të sistemit nervor përmes zërit dhe ritmit. Klientët e terapisë u ftuan të marrin pjesë në pesë seanca individuale të terapisë që përfshijnë ritmin dhe daullet, me seancën e fundit duke përdorur daullet për të krijuar historinë e traumës së klientit. Pjesëmarrësit u intervistuan më pas për përvojat e tyre dhe intervistat e regjistruara u transkriptuan dhe koduan për analizë tematike. Pesë tema kryesore dolën nga intervistat: lidhja me zërin, njohuritë e fituara, ndjenja e kontrollit, ndjenja e sigurisë dhe lidhja sociale. Si një studim fillestar i fizibilitetit, qëllimi i këtij projekti ishte të zbulojë atë që pjesëmarrësit pëlqenin dhe fitonin nga seancat me daulle. Të gjithë pjesëmarrësit përmendën lëvizjen nga ndjenja e izolimit drejt ndjenjës së lidhjes. Seancat me daulle gjithashtu ofruan një dalje krijuese dhe të sigurt për të shprehur emocionet dhe kujtimet e vështira që ndryshe mund të jenë shumë të vështira për t'u diskutuar duke përdorur fjalët.

Fjalë kyçe: trauma, ritëm, daulle, polivagal, studim fizibiliteti

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

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

Assistant Editor *Helena Vissing* contact@helenavissing.org • Managing Editor *Elvira Kasneci* managingeditor@ibpj.org

Fuqia Krijuese

Ndryshon Trajektoret e Jetës

Larry J. Green

ABSTRAKTI

Në këtë artikull, përshkruaj praktikën që përdor për ndërgjegjësimin somatik si metodë për të zbuluar dhe punuar me konfliktet e brendshme. Në dy rastet e përshkruara, ndryshimi transformues u bë mundësi për klientin dhe një aktualizim për një tjetër. Këto pretendime abstrakte i konkretizoj në dy studime rastesh. Në rastin e parë, përshkruaj nisjen fillestare të procesit transformues dhe, në të dytin, rezultatet e papritura dhe të dobishme që ndodhin më vonë. Ky proces prodhohet nga një akt krijues që zëvendëson premisat themelore të kufizuara me ato që i tejkalojnë ato kufij – duke ndryshuar kështu trajektoren e jetës së personit. Fuqia krijuese është si burimi ashtu dhe forca që është në gjendje të gjenerojë këtë formë të freskët psikike. Kjo aftësi është e aksesueshme duke dalë jashtë kufijve të ndërgjegjes personale. Pasi të jemi atje, mund të operojmë nga një ndërgjegje jo personale. Kjo mundësi bazohet në nocionin që njerëzit janë të pajisur me ndërgjegje jo personale që në lindje. Fillimisht, ajo përdoret për të ndërtuar një vetë personal që më pas bëhet ndjesi e historisë nga përvojat të atij individit. Transformimi kërkon akses në të njëjtat fuqi psikike që prodhuan vetveten origjinale. Si krijimi fillestar ashtu dhe transformimi i tij ndodh përmes ushtrimit të ndërgjegjes jo personale. Gjatë të gjithë pjesës, unë ndërpres interpretime teorike që sqarojnë se si qasja ime ndërthuret me inteligjencën somatike, ekzistenciale – fuqi krijuese.

Fjalë kyçe: ndërgjegje jo personale, transformim, fuqia

Psikoanaliza Bioenergjetike

Emocionet e Mishëruara të Shikuara Përmes Lente-së se shekullit 21

Leah Benson

ABSTRAKTI

Psikoanaliza Bioenergjetike (BioPsyA), në përputhje me shkencën e shekullit 21 mbi funksionimin e trurit dhe emocionet, supozon se emocionet dhe njohuritë janë funksionalisht të pandashme dhe lindin nga procesi i vazhdueshëm i trurit për interoceptimin dhe kategorizimin. Emocionet janë konstrukte të mësuara njohëse që aplikohen në mënyrë të pavetëdijshme në gjendjet afektive brenda konteksteve të caktuara, megjithëse konstruktimi i emocioneve nuk duhet të ngatërrohet me vlerësimin njohës. Mbrojtjet fiziologjike dhe energjetike kundër ndjenjave kuptohen si modele karakteristike të tensionit muskolor kronik që formohen në mjedisin e hershëm të kujdesit. Metodat për të aksesuar dhe rregulluar emocionet përfshijnë ndërtimin e aftësive vëzhguese, praktikimin e lëvizjeve të përshtatura dhe angazhimin në ushtrime ndërvepruese. Ndërhyrjet drejtohen nga kreativiteti i praktikuesit dhe nevojat e klientit. Ndërhyrjet e orientuara drejt trupit synojnë të përmirësojnë vetëdijen, vetë-shprehjen dhe vetë-rregullimin, duke fuqizuar kështu klientët për të arritur qëllimet e tyre personale dhe ndërvepruese. Përmes integritit me neuroshkencën bashkëkohore, BioPsyA ofron njohuri të reja që adresojnë ndërveprimin midis trupit dhe emocioneve brenda konteksteve terapeutike. Ky artikull eksploron aspektet e prekjes së harmonizuar dhe potencialin e saj për të shkaktuar modifikime epigenetike. Artikulli supozon një hipotezë që shpjegon ndryshimet te klientët dhe ilustron aplikimin e kërkimit mbi modelet e kafshëve për të sqaruar këto fenomene klinike, veçanërisht në kontekstin e teknikave të psikoterapisë trupore që përdorin prekjen, si masazhi biodinamike.

Fjalë kyçe: teoria e emocioneve të ndërtuara, psikoanaliza bioenergjetike, procesi parashikues, inferencë aktive, tipat e karakterit

Forma Somatike dhe Emotionet

Integrimi i Psikologjisë Formative me Psikoterapinë Dinamike Eksperimentale të Aceleruar

John Cornelius

ABSTRAKTI

Teza e këtij dokumenti është se modeli i psikoterapisë trupore të Psikologjisë Formative mund të kombinohet me sukses me modelin që fokusohet në emocionet e Psikoterapisë Dinamike Eksperimentale të Acceleruar (AEDP) për të përmirësuar rezultatet klinike për individët. AEDP zbut mbrojtjet dhe rregullon ankthin duke privilegjuar përvojat pozitive dhe duke qenë aktivisht reagues për të aksesuar përvojën bërthamore afektive adaptuese ose për të kërkuar transformimin e afektit të keqadaptuar. Teknikat e Psikologjisë Formative, si "Si" (How), mund të aplikohen në format somatike të strategjive mbrojtëse/survival të AEDP, afektit të keqadaptuar ose gjendjeve komplekse të vetes. Teknikat "Si" rrisin një formë somatike për të kuptuar kuptimin dhe funksionin e saj, pastaj e çmontojnë atë për të zbuluar organizim më të qëndrueshëm dhe burimor të trupit. Artikulli eksploron dhe analizon dy studime rasti që ilustronë dhe ofrojnë prova cilësore për tezat e hulumtimit. Konkluzioni është se Psikologjia Formative dhe AEDP janë modele komplementare që funksionojnë me sukses së bashku për të aksesuar përvojën bërthamore afektive adaptuese, për ta thelluar atë me forma somatike përkatëse dhe për të ndihmuar në zgjidhjen e vendosjeve të ngurtësuara të afektit të keqadaptuar.

Fjalë kyçe: Psikologjia Formative, AEDP, emocion, trup

Gjestet që Prekin*

Katharine Young

Abstrakti

Gjestet janë të mbushura me afekt. Gjatë një seance terapie somatike, një grua thërret një embrion në procesin e gastrulacionit në hapësirën e gjestit përpara trupit të saj. Gjestet ikonikisht paraqesin njëherësh një foshnjë, një foshnjë në një ëndërr, vetveten e saj të ardhshme dhe brendësinë e trupit të saj. Angazhimi taktil-kinestetik i gjestueses me këto entitete virtuale e bën ato të prekshme për të, si dhe të dukshme për bashkëbiseduesit e saj. Prekja e saj e brendësisë së saj virtuale, e të tjerëve virtualë dhe e vetes virtuale e ndikon atë. Gjestet që bëjnë njerëzit ndërsa flasin konfiguruan kuptimin e fjalëve që shoqërojnë. Gjestet e bashkëfjalës gjithashtu formulojnë ndjenjën që ka gjestuesi për kuptimin. Kapaciteti për të ndikuar vetveten është thelbësor jo vetëm për mënyrën se si funksionon psikologjia somatike, por gjithashtu për mënyrën se si gjestuesit formësojnë afektin e tyre në ndërveprimet e zakonshme.

Fjalë kyçe: fenomenologji, afekt, gjest, psikologji somatike, intraafektivitet

Një Paradigmë e re për Kërkimin në Psikoterapi dhe Psikoterapi Trupore

Courtenay Young

Abstrakti

Ky artikull në dy pjesë shqyrton se çfarë është kërkimi i përshtatshëm për profesionin e psikoterapisë sot, kryesisht nga një perspektivë Evropiane, ku psikoterapia po vendoset si një profesion i pavarur, i dallueshëm nga psikologjia dhe psikiatria. Duke pasur parasysh parametrat më të gjerë dhe natyrën e ndryshme të trajnimit në psikoterapi, diskutohen metodat moderne të kërkimit më të përshtatshme për praktikën klinike, marrëdhëniet klient-terapist dhe interesin më të madh në dëshirën e terapistit për të përshtatur terapinë me nevojat e klientit. Pjesa e dytë e artikullit shqyrton një drejtim të veçantë brenda psikoterapisë, atë të Psikoterapisë Trupore (psikoterapi e orientuar drejt trupit/psikoterapi somatike) dhe analizon bazën e saj të të dhënave të hulumtuara dhe çfarë metodash të përshtatshme ekzistojnë për ta mbështetur atë si një formë trajtimi të vlerësuar në mënyrë empirike.

Fjalë kyçe: metodologjitë e kërkimit në psikoterapi, kompetencat, psikoterapia trupore, baza e të dhënave

Në kërkim të faktorëve që informojnë se si klientët përjetojnë Terapinë Somatike Eksperienciale® *Analizë Fenomenologjike Interpretative*

Gregory James

Abstrakti

Sfond: Ndërsa studimet aktuale të Terapisë Somatike Eksperienciale kanë prodhuar rezultate mbresëlënëse dhe arsyttime biologjike për trajtimin, ekziston një mungesë e kërkimit të përqendruar te klienti për përvojën e jetuar të atyre që marrin pjesë në terapi. Të mësuarit nga klientët për përvojën e tyre terapeutike mund të ndriçojë një mori faktorësh që ndihmojnë dhe pengojnë rezultatet terapeutike në mënyrë që të konceptojmë ose reformojmë ndërhyrjet, të avancojmë të kuptuarit tonë për ndryshimin terapeutik dhe të fitojmë njohuri mbi proceset e fshehura të klientëve. Këto mund të përfshijnë frikën e pashprehur, pakënaqësinë dhe shmangien, si dhe atë që ata vlerësojnë më shumë për terapinë.

Metoda: Pjesëmarrësit u intervistuan duke përdorur një skedë të gjysmë-strukturuar. Analiza fenomenologjike interpretative (IPA) u përdor për të procesuar të dhënat. Madhësia e mostrës ishte domosdoshmërisht e vogël për t'u përshtatur me udhëzimet e IPA-se.

Gjetjet: Dy tema mbikuperiore u abstraktuan: komunikimi dhe ritmi. Temat nënkuptuese: vlerësimi i marrjes, pritshmëria dhe psikoedukimi janë vendosur nën temën mbikuperiore të komunikimit.

Konkluzioni: Proceset e fshehura të ndriçuara në kërkimin cilësor të këtij lloji mund të përfitojnë shumë Praktikuesit e Eksperiencës Somatike (SEPs) për të kuptuar më mirë se si përqsaje e tyre terapeutike përjetohej nga klientët e tyre.

Fjalë kyçe: Eksperienca Somatike, perspektiva e klientit për terapinë, terapia e traumës, faktorët e përbashkët

Përkthimi, Përshtatja Kulturore dhe CFA e Versionit të Nepalit të Shkallës së Simptomave Somatike (N-SSS-8)

Yubaraj Adhikari & Birgit Senft

Abstrakti

Sfondi: Shkalla e Simptomave Somatike (SSS) u zhvillua si një mjet i shkurtër për vlerësimin dhe skrinimin e ngarkesës somatike të individëve. Nepali nuk ka një version të përshtatur kulturore në nepalisht të një matjeje të shkurtër të shkallës së simptomave somatike (SSS) për përdorim klinik dhe kërkimor. Ky kërkim mbulon përkthimin, përshtatjen kulturore, testimin dhe zbatueshmërinë e mjetit përmes analizës psikometrike. Analiza konfirmuese e faktorëve (CFA) u aplikua për të testuar besueshmërinë dhe vlefshmërinë e mjetit.

Qëllimi: Të shqyrtohet vlefshmëria dhe besueshmëria e versioneve të përkthyer dhe të përshtatura kulturore të SSS-8 përmes përdorimit të CFA.

Metodat: Një dizajn anketimi jo-eksperimental u përdor për të shqyrtuar shqetësimin e mjekëve nepalezë (n = 547) duke përdorur metodat online dhe letrë-dhe-laps me përdorimin e SSS-8. Përkthimi, përshtatja kulturore, testimi pilot, analiza konfirmuese e faktorëve (CFA), dhe teste të tjera psikometrike të zbatueshme u kryen.

Rezultatet: Vlerat e besueshmërisë së alfa Cronbach (α) e ndërtimit ishte 0.804. Të gjitha artikujt, përveç njërit për problemet e stomakut ose zorrëve për të përfaqësuar simptomat gastrointestinale, u ruajtën me ngarkesa të përshtatshme faktorësh. Vlefshmëria e ndërtimit u konstatua, pasi niveli i përshtatshmërisë së indekseve të modelit plotësonte kriteret e pranueshmërisë. Vlefshmëria konvergjente nuk mund të vendosej, pasi varianca mesatare e nxjerrë ishte nën 0.5 për çdo nënshkallë. Vlefshmëria diskriminuese e shkallës u konfirmua. CFA pas-hoc verifikoi versionin nepalez të N-SSS-7, duke konfirmuar një model me tri faktorë – dhimbje, kardiopulmonare, dhe lodhje – me indekset e përshtatshmërisë së modelit (SMRs, RMR, dhe RMSEA) të gjitha nën 0.08. Skoret e përshtatshmërisë së modelit të NFI, TLI, AGFI, dhe CFI ishin mbi .94.

Konkluzionet: CFA konfirmoi që versioni nepalez i Shkallës së Simptomave Somatike (N-SSS-7) është një mjet i vlefshëm dhe i besueshëm për të vlerësuar shpejt ngarkesën somatike në popullsinë nepaleze.

Fjalë kyçe: Shkalla e Simptomave Somatike, Versioni Nepalez, Përshtatja Kulturore, Analiza Konfirmuese e Faktorëve

Uji si një Medium Afektiv

Eleonore ten Thij, Moniek van Slagmaat, Truus Scharstuhl

Abstrakti

Hyrje: Vëzhgimet klinike sugjerojnë që haptoterapia në ujë përmirëson aftësinë e klientëve për të përjetuar afektivitet pozitiv. Uji konsiderohet një mundësi afektive (Fuchs 2013); ai përdoret për të lehtësuar ndërgjegjen trupore, dhe kështu rrit ndërgjegjen për afektivitetin e mishëruar. Si rezultat, prekja mund të përdoret më delikate dhe me kursim në terapi, gjë që mund të jetë e dobishme për klientët që kanë vështirësi në përjetimin e sigurisë në afërsi dhe me prekjen afektive. Studimi aktual ndërton dhe eksploron një metodë për t'i bërë këto vëzhgime të kërkueshme.

Metodat: Hipotezuar që përmirësimi i ndërgjegjes shqisore do të çojë në përjetimin e afektivitetit më pozitiv. Ndërtuam një pyetësor për të lidhur mishërimin bazë dhe fushën e rezonancës afektive me përjetimin e afekteve specifike si vitaliteti dhe ndjenjat ekzistenciale. Dyzet studentë të STH Water plotësuan këtë pyetësor para dhe pas një ngjarjeje mësimore.

Rezultatet: Rezultatet tregojnë që pyetësori ishte shumë i besueshëm dhe që ndërgjegjësimi shqisor dhe afektiviteti pozitiv ishin përmirësuar.

Diskutimi: Qasja duket e përshtatshme për një hap të mëtejshëm kërkimi duke përdorur pyetësorin me subjekte të ndryshme, duke testuar modelin qëndron pas pyetësorit, duke krahasuar efektet e haptoterapisë në ujë me efektet e ndërhyrjeve të tjera haptoterapeutike, dhe duke shtuar një matje të efektit të terapisë.

Shtojca: pyetësori (QWAM-22).

Fjalë kyçe: ndërgjegjësimi shqisor, afektivitet, haptoterapi në ujë