

ABSTRACTS – IBPJ - Volume 23, Number 1, 2024

Поливагално информирано терапевтично удряне по барабани

за жертви на междуличностно насилие

Проучване за осъществимост

Jessica Hoggle, Debra Nelson-Gardell, Nancy Rubin

АБСТРАКТ

При преживелите травма включването на терапевтични методи, които интегрират мозъка, ума и тялото, е от съществено значение за справяне с диапазона от физиологични реакции и симптоми, причинени от междуличностно насилие (van der Kolk, 2014). Ако пренебрегнем включването на тялото в терапията, ще пропуснем един от най-важните компоненти, необходими за излекуването. Поливагалната теория помага да се обяснят физиологичните реакции на травмата от гледна точка на биологията и неврологията (Porges, 2018).

Нов метод, използван като терапевтичен инструмент, е включването на ритъм и удряне по барабани. Тази интервенция интегрира концепции от поливагалната теория в терапевтични упражнения за барабани, като например изследване на различните състояния на нервната система чрез звук и ритъм.

Клиентите на терапията бяха поканени да участват в пет индивидуални терапевтични сесии, включващи ритъм и удряне по барабани, като финалната сесия използва барабаните като начин да пресъздаде травматичната история на клиента. След това на участниците бяха зададени въпроси относно техните преживявания, като записаните интервюта бяха транскрибирани и кодирани за тематичен анализ.

Пет основни теми се откриха от интервютата: свързването със звука, придобитите прозрения, чувството за съпричастност, усещането за сигурност и социалното свързване.

Като първоначално проучване за приложимост, целта на този проект беше да се открие какво харесват участниците и какво са постигнали от сесиите с барабаните. Всички участници споменаха преход от усещане за изолация към усещане за свързване. Сесиите с барабани също предоставиха креативен и безопасен начин за изразяване на трудни емоции и спомени, които иначе биха били твърде трудни за обсъждане с думи.

Ключови думи: травма, ритъм, барабани, поливагална, проучване за осъществимост

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

Креативна активност, променяща

житейски траектории

Larry J. Green

АБСТРАКТ

В тази статия описвам практика, която използва соматично осъзнаване като метод както за разкриване, така и за работа с вътрешен конфликт.

В описаните два случая, трансформационната промяна стана възможност за един клиент и реализация за друг. В първия случай описвам началото на трансформационния процес, а във втория – неочакваните и благоприятни резултати, настъпили по-късно. Този процес се поражда от креативен акт, който заменя ограничените основни предпоставки с такива, които надхвърлят тези граници – променяйки по този начин жизнената траектория на човека. Креативната активност е както източникът, така и силата, способна да създаде тази нова психическа форма. Този капацитет се достъпва чрез излизане извън ограниченията на личното съзнание. Веднъж постигвайки го, човек може да действа от безличното съзнание. Тази възможност се основава на идеята, че хората са надарени с безлично съзнание от раждането си. Първоначално то се използва за изграждане на личен Аз, което в крайна сметка ще се превърне в седиментация на преживяващата история на този индивид. Трансформацията изисква достъп до същите психически сили, които са създали първоначалния Аз. Както първоначалното създаване, така и последващата трансформация се случват чрез упражняване на безличното съзнание. В цялата статия интерполирам теоретични интерпретации, които изясняват как моят подход се докосва до соматичната, екзистенциална интелигентност – креативната активност.

Ключови думи: безлично съзнание, трансформация, активност

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

Биоенергийна психоанализа Въплътени емоции през призмата на 21-ви век

Leah Benson

АБСТРАКТ

Биоенергийната психоанализа (BioPsyA), в съответствие с науката за функциите на мозъка и емоциите от 21-ви век, предполага, че емоцията и когницията са функционално неразличими и възникват от непрекъснатия процес на интероцепция и категоризация в мозъка.

Емоциите са научени когнитивни конструкции, които се прилагат несъзнателно върху афективни състояния в контекстуални ситуации, макар че конструирането на емоции не бива да се бърка с когнитивна оценка.

Физиологичните и енергийни защити срещу чувствата се разбират като характерни модели на хронично мускулно напрежение, формирани в ранното ни отглеждане от родителите. Методи за достъп и регулация на емоциите включват изграждане на наблюдателни умения, практикуване на специфични движения и участие в релационни упражнения.

Интервенциите се ръководят от креативните възможности на практикуващия и нуждите на клиента. Телесно ориентирани интервенции целят подобряване на самосъзнанието, самоизразяването и саморегулацията, което позволява на клиентите да постигнат личните си цели. Чрез интеграция със съвременната невронаука, BioPsyA предлага нови прозрения за взаимодействието между тялото и емоциите в терапевтични контексти. Тази статия изследва аспекти на съзнателното докосване и неговия потенциал да предизвика епигенетични промени. Предлага хипотеза за обяснение на промените в клиентите и илюстрира приложението на изследвания върху животински модели за обясняване на тези клинични явления, особено в контекста на техники за телесна психотерапия, които включват докосване, като биодинамичен масаж.

Ключови думи: теория за конструирани емоции, биоенергийна психоанализа, прогнозирано преработване, активно заключение, типове характер

Соматично моделиране и емоции, интегриращи формативната психология с ускорената преживелищна динамична психотерапия

John Cornelius

АБСТРАКТ

Тезата на тази статия е, че моделът на телесната психотерапия на формативната психология може успешно да се комбинира с емоционално-центрирания модел на ускорената преживелищна динамична психотерапия (AEDP), за да подобри клиничните резултати при индивида.

AEDP смекчава защитните механизми и регулира тревожността, като дава предимство на положителното преживяване, за да осигури достъп до адаптивното основно афективно преживяване или да трансформира неадаптивното чувство. Техниката "Как" на формативната психология може да бъде приложена към соматичните форми на AEDP защитни/оцеляващи стратегии, неадаптивно афективно състояние или сложни състояния на Аза.

Техниката увеличава соматичната форма, за да разбере нейното значение и функция, след което разгражда формата, за да открие по-устойчиво и ресурсно организиране на тялото. Статията разглежда и анализира два казуса, които илюстрират и предоставят качествени доказателства за тезата на статията. Заключение е, че формативната психология и AEDP са допълващи се модели, които успешно работят заедно, за да осигурят достъп до адаптивното основно афективно преживяване, да го задълбочат с конгруентни соматични форми и да помогнат за преодоляване на блокираните състояния на неадаптивен афект.

Ключови думи: формативна психология, AEDP, ускорена преживелищна динамична психотерапия, емоция, тяло

Влиянието на жестовете

Katharine Young

АБСТРАКТ

Жестовете са наситени с емоции. По време на соматична терапевтична сесия жена изобразява ембрион в процес на гаструлация в пространството пред тялото си чрез жест. Жестът едновременно символизира бебе, бебе в сън, бъдещото ѝ Аз и вътрешността на нейното тяло. Тактилно-кинестетичното ѝ взаимодействие с тези виртуални образи ги прави осезаеми за нея, както и видими за нейните събеседници. Нейното усещане за собствената ѝ виртуална вътрешност, виртуалните други и виртуално Аз оказват влияние върху нея. Жестовете, които хората правят, докато говорят, конфигурират значението на думите, които ги съпътстват. Жестовете, съпътстващи речта, също така формират чувството, което говорещият иска да предаде. Способността да въздействаш на себе си е ключова не само за това как работи соматичната психология, но и за това как жестокулиращите оформят собствените си емоции в ежедневни взаимодействия.

Ключови думи: феноменология, афект, жест, соматична психология, вътрешна афективност

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

Нова парадигма за психотерапията и изследване в областта на телесната психотерапия

Courtenay Young

АБСТРАКТ

Тази статия от две части разглежда какви са подходящите методи за изследване в професията на психотерапията днес, основно от гледна точка на Европа, където психотерапията се утвърждава като независима професия, различна от психологията и психиатрията. Вземайки се предвид по-широките параметри и различния характер на обучението по психотерапия, се обсъждат модерните изследователски методи, които са по-подходящи за клиничната практика, връзката клиент-терапевт и нарастващият интерес към желанието на терапевта да адаптира терапията към нуждите на клиента. Втората част на статията разглежда конкретно едно основно направление в психотерапията, а именно телесната психотерапия (телесно-ориентирана психотерапия/соматична психотерапия), и изследва нейната доказателствена база и какви подходящи методи съществуват, за да бъде разглеждана като емпирично валидиран метод на лечение.

Ключови думи: методологии за изследване в психотерапията, компетенции, телесна психотерапия, доказателствена база

В търсене на фактори, които дават информация как клиентите възприемат и се повлияват от соматичното преживяване като терапия

Интерпретативен феноменологичен анализ

Gregory James

АБСТРАКТ

Предистория: Докато текущите изследвания на соматичното преживяване (Somatic Experiencing) показват впечатляващи резултати и биологични обосновки за лечението, липсват изследвания, насочени към клиента, които да разглеждат преживяването на хората, посещаващи терапията. Наученото от клиентите за техния терапевтичен опит може да разкрие множество фактори, които подпомагат или възпрепятстват терапевтичните резултати, както и да се създадат или реформират интервенции, да се разшири разбирането ни за терапевтичната промяна и да се придобие по-добър поглед върху скритите процеси на клиентите. Те могат да включват неизразен страх, неудовлетвореност, избягване, както и това, което клиентите най-много ценят в терапията.

Метод: Участниците бяха интервюирани, чрез използването на полуструктурирана схема. За обработка на данните беше използван интерпретативен феноменологичен анализ (IPA). Размерът на извадката беше умишлено малък, за да отговаря на насоките на IPA.

Резултати: Два основни теми бяха извлечени: комуникация и темп. Подчинените теми: оценка на приемането, очаквания и психообразование се намират под основната тема за комуникацията.

Заклучение: Скритите процеси, осветени в качествени изследвания от този тип, могат значително да помогнат на практикуващите соматично преживяване (SEP) да разберат по-добре как техният терапевтичен подход се възприема от клиентите им.

Ключови думи: соматично преживяване, перспектива на клиента за терапията, терапия на травми, общи фактори

Превод, културна адаптация и конфирматорен факторен анализ на непалската версия на скалата за соматични симптоми (N-SSS-8)

Yubaraj Adhikari & Birgit Senft

АБСТРАКТ

Предистория: Скала за соматични симптоми (SSS) е разработена като кратък инструмент за оценка и скрининг, за да се оцени соматичната тежест при индивидите. В Непал липсва културно адаптирана непалска версия на кратката скала за соматични симптоми (SSS) за клинична и изследователска употреба. Това изследване обхваща превод, културна адаптация, тестване и приложимост на инструмента чрез психометричен анализ. За тестване на надеждността и валидността на инструмента беше приложен конфирматорен факторен анализ (CFA).

Цел: Да се изследва валидността и надеждността на преведената и културно адаптирана версия на SSS-8 чрез използването на CFA.

Методи: Използван е неекспериментален дизайн на проучване за оценка на стреса сред непалски лекари чрез различни методи онлайн и на хартия с използване на скалата за соматични симптоми. Проведени бяха превод, културна адаптация, пилотно тестване, конфирматорен факторен анализ (CFA) и други приложими психометрични тестове.

Резултати: Стойността на надеждност по Кронбах алфа (α) на конструкта беше 0,804. Всички елементи, с изключение на един, свързан със стомашни или чревни проблеми, за представяне на стомашно-чревни симптоми, бяха запазени с адекватни факторни натоварвания. Конструктната валидност беше установена, тъй като нивото на съответствие на индексите на модела отговаряше на критериите за приемане. Конвергентната валидност не беше установена, тъй като средният извлечен вариант беше под 0,5 за всяка подсекретка. Дискретната валидност на скалата беше потвърдена. Последващия анализ CFA потвърди непалската версия на N-SSS-7 и трифакторния модел – болка, сърдечно-белодробни функции и умора – с индексите на модела за съответствие (SMRs, RMR и RMSEA) - всички под 0,08. Оценките за съответствие на модела NFI, TLI, AGFI и CFI бяха над 0,94.

Заклучения: CFA потвърди, че непалската версия на скала за соматични симптоми (N-SSS-7) е валиден и надежден инструмент за бърза оценка на соматичната тежест в непалското население.

Ключови думи: скала за соматични симптоми, непалска версия, културна адаптация, конфирматорен факторен анализ

Водата като афективна среда

Eleonore ten Thij, Moniek van Slagmaat, Truus Scharstuhl

АБСТРАКТ

Въведение: Клиничните наблюдения показват, че хаптотерапията във вода подобрява способността на пациентите да изпитват положително въздействие. Водата се смята за регулатор на емоциите (Fuchs 2013); тя се използва за улесняване на телесната осведоменост и по този начин повишава осведомеността за въплътената афективност. В резултат на това, докосването може да се използва по-внимателно и деликатно в терапията, което може да бъде от полза за клиентите, които имат затруднения да изпитат безопасност в близост и с емоционално докосване. Настоящото проучване конструира и изследва метод, който да направи тези наблюдения изследваеми.

Методи: Издигнахме хипотезата, че подобряването на сензорното съзнание ще доведе до изпитването на по-положителни емоции. Създадохме въпросник, за да свържем базовото въплъщение и полето на емоционалния резонанс с преживяването на специфични емоции като жизненост и екзистенциални чувства. 40 студенти от STH Water попълниха този въпросник преди и след проведеното събитие.

Резултати: Резултатите показват, че въпросникът е изключително надежден и че сетивното съзнание и положителното въздействие са се подобрили.

Обсъждане: Този подход изглежда осъществим за последващ етап от изследването, като се използва въпросникът с различни субекти, сравнявайки ефектите от хаптотерапията във вода с ефектите от други хаптотерапевтични интервенции и се добавяйки измерване на терапевтичния ефект.

Приложение: въпросник (QWAM-22).

Ключови думи: сетивно осъзнаване, афект, хаптотерапията във вода