INTERNATIONAL BODY PSYCHOTHERAPY JOURNAL

The Art and Science of Somatic Praxis

Incorporating US Association for Body Psychotherapy Journal

International Body Psychotherapy Journal *The Art and Science of Somatic Praxis*

Volume 16, Number 3, Fall 2017

*ISSN 2169-4745 Printing, ISSN 2168-1279 Online*

© Author and USABP/EABP. Reprints and permissions secretariat@eabp.org

**Therapist Self-Disclosure: The Illusion of the Peek-a-boo Feather Fan Dance**

**Part I: The Art of Becoming Real**

**Danielle Tanner**

Received 2nd February 2017, accepted and revised 13th July 2017

**Abstract**

This article is Part I of a two-part exploration of therapist self-disclosure. These papers view therapist self-disclosure as an integrative concept, in that it can promote a movement toward a deeper, more authentic therapeutic alliance, whilst advancing therapeutic change. The first section is a literature review, it presents the history and theoretical perspectives regarding this intervention. This is followed by a description of the tools and processes employed by relational body psychotherapy in regard to self-disclosure. A clinical case study illustrates the use of self-disclosure by a relational body psychotherapist and the impact on the therapeutic relationship and outcomes. The paper concludes with an exploration of the potential benefits of appropriate self-disclosure.

Part II will explore the intricacies, challenges and risks of self-disclosure.

*Keywords*: Therapist self-disclosure, therapeutic relationship, relational body psychotherapy

**Η Αυτοαποκάλυψη του Θεραπευτή: Η Ψευδαίσθηση του να παίζεις Κρυφτό Πίσω από Φτερά**

 **Μέρος 1ο: Η Τέχνη του να γινόμαστε Πραγματικοί**

 **Danielle Tanner**

Παρελήφθη στις 2 Φεβρουαρίου 2017, έγινε δεκτό και διορθώθηκε στις 13 Ιουλίου 2017

**Περίληψη**

Το άρθρο αποτελεί το πρώτο μέρος μιας διερεύνησης δύο φάσεων της διαδικασίας αυτοαποκάλυψης του θεραπευτή. Σε αυτά τα άρθρα βλέπουμε τη διαδικασία αυτοαποκάλυψης του θεραπευτή ως μια απαρτιωτική έννοια,εφ’ όσον δύναται να προωθήσει την κίνηση προς μια βαθύτερη και πιο αυθεντική θεραπευτική συμμαχία, και επομένως να εξελίξει τη θεραπευτική αλλαγή. Στο πρώτο μέρος γίνεται ανασκόπηση της βιβλιογραφίας, παρουσιάζεται η ιστορία και οι θεωρητικές απόψεις σχετικά με αυτήν την παρέμβαση. Ακολουθεί περιγραφή των θεραπευτικών εργαλείων και διαδικασιών που υιοθετεί η σχεσιακή σωματική ψυχοθεραπεία αναφορικά με την αυτοαποκάλυψη. Μια κλινική μελέτη σκιαγραφεί τη χρήση της αυτοαποκάλυψης από έναν σχεσιακό σωματικό ψυχοθεραπευτή, την επίδρασή της στη θεραπευτική σχέση και το τελικό αποτέλεσμα. Το άρθρο καταλήγει με μια διερεύνηση των δυνητικών πλεονεκτημάτων της σωστής θεραπευτικής αυτοαποκάλυψης.

Το δεύτερο μέρος θα διερευνήσει την περιπλοκότητα, τους κινδύνους και τις προκλήσεις της αυτοαποκάλυψης.

*Λέξεις-κλειδιά:* Αυτοαποκάλυψη του θεραπευτή, θεραπευτική σχέση, σχεσιακή σωματική ψυχοθεραπεία

**Therapist Self-Disclosure: The Illusion of the Peek-a-boo Feather Fan Dance**

**Part II: A Risky Business**

**Danielle Tanner**

Received 2nd February 2017, accepted and revised 13th July 2017

**Abstract**

This article is Part II of a two-part exploration of therapist self-disclosure. These papers view therapist self-disclosure as an integrative concept, in that it can promote a movement towards a deeper, more authentic therapeutic alliance, whilst advancing therapeutic change. Part II continues a discussion on the role of self-disclosure in relational body psychotherapy, and explores the intricacies, challenges and risks of self-disclosure.

The paper begins with an examination of the unique challenge that the Internet poses for therapist self-disclosure and the protection of privacy. This is followed with an exploration of accidental, inevitable, unspoken, and unconscious self-disclosure. There is an account and discussion of a clinical vignette to illustrate a self-disclosure that led to a breakdown in client trust, contrasted with two clinical examples demonstrating how the deliberate use of self-disclosure can lead to positive outcomes for the client and the therapeutic alliance. Following is an enquiry as to whether we, as therapists, have full control over the boundaries of self-disclosure, particularly when engaged with relational body psychotherapy and touch. The article concludes with a discussion on how we can regulate disclosure, and ensure safety for ourselves and our client.

*Keywords*: Therapist self-disclosure, relational body psychotherapy.

**Η Αυτοαποκάλυψη του Θεραπευτή: Η Ψευδαίσθηση του να Παίζεις Κρυφτό Πίσω από Φτερά**

 **Μέρος 2ο: Ένα Ριψοκίνδυνο Εγχείρημα**

 **Danielle Tanner**

Παρελήφθη στις 2 Φεβρουαρίου 2017, έγινε δεκτό και διορθώθηκε στις 13 Ιουλίου 2017-11-28

**Περίληψη**

Το άρθρο αποτελεί το δεύτερο μέρος μιας διερεύνησης σε δύο φάσεις, της αυτοαποκάλυψης του θεραπευτή. Αυτή η εργασία θεωρεί την θεραπευτική αυτοαποκάλυψη ως μια απαρτιωτική έννοια, επειδή δύναται να προωθήσει την κίνηση προς μια βαθύτερη, πιο αυθεντική θεραπευτική συμμαχία, προάγοντας έτσι τη θεραπευτική αλλαγή. Το δεύτερο μέρος συνεχίζει τη συζήτηση σχετικά με το ρόλο της θεραπευτικής αυτοαποκάλυψης στη σχεσιακή σωματική ψυχοθεραπεία, και διερευνά τις περιπλοκότητες, τις προκλήσεις και τους κινδύνους που η πρώτη μπορεί να συνεπάγεται.

Το άρθρο αρχίζει με τη διερεύνηση της ιδιαίτερης πρόκλησης που θέτει το Διαδίκτυο για την αυτοαποκάλυψη του θεραπευτή και την προστασία της ιδιωτικότητάς του. Ακολουθεί η έρευνα της αναπόφευκτης, τυχαίας, εξωλεκτικής και ασυνείδητης αυτοαποκάλυψης. Περιλαμβάνεται μια έκθεση και συζήτηση μιας κλινικής περίπτωσης στην οποία καταδεικνύεται το πώς η αυτοαποκάλυψη οδήγησε στην κατάρρευση την εμπιστοσύνη του πελάτη, σε αντίθεση με άλλα δύο κλινικά παραδείγματα που έδειχναν πώς η προσχεδιασμένη χρήση της αυτοαποκάλυψης μπορεί να προκαλέσει θετικά αποτελέσματα τόσο για τον πελάτη όσο και για τη θεραπευτική συμμαχία. Ακολουθεί μια διερεύνηση σχετική με το αν, εμείς οι θεραπευτές, διαθέτουμε πλήρη έλεγχο πάνω στα όρια της αυτοαποκάλυψης, ιδιαίτερα όταν πρόκειται για τη σχεσιακή σωματική ψυχοθεραπεία και το άγγιγμα. Το άρθρο καταλήγει με τη συζήτηση πάνω στο πώς μπορούμε να ρυθμίσουμε την αποκάλυψη διασφαλίζοντας και εμάς και τον πελάτη.

*Λέξεις κλειδιά:* Θεραπευτική αυτοαποκάλυψη, σχεσιακή σωματική ψυχοθεραπεία.

**Integrating Daniel Quinn’s cultural criticism with body psychotherapy perspectives**

**Benedek T. Tihanyi MD1,2, Ádám Balázs Czinege**

Received 2nd March 2017, accepted and revised 9th May 2017

1 Institute of Health Promotion and Sport Sciences, ELTE Eötvös Loránd University, 2 Doctoral School of Psychology, ELTE Eötvös Loránd University

## Abstract

We, in the field of body-oriented therapies, seem to agree that an adaptive bodymind connection is essential for the maintenance and restoration of health, and that socio-cultural effects can strongly damage it. Some traced back the historical origin of chronic body suppression to the beginning of civilisation (Fogel, 2013). Cultural criticism provides a model to explain the properties of civilisation, defined here as a complex socio-economical system characterised by totalitarian agriculture, settled lifestyle, mass-size population, constant exponential population growth and territorial expansion, and social stratification (Quinn, 2009a). Civilised lifestyle could lead to a discrepancy between biological and cultural evolution, and abandonment of evolutionarily adaptive self-regulatory (Bárdos, 2003) and social (Von Rueden & Van Vugt, 2015) strategies. We suggest that the consequent homeostatic dysregulation together with the pattern of domination might contribute to a damaged body-mind connection in the civilised culture, and interact with personal and family stories of trauma. We propose for the therapists an affirmative approach: explore the part of the clients’ suffering that originates from civilisation, reveal it and empathize with it. We also suggest that the process of helping clients get in touch adaptively with their body resonates with helping society get in touch sustainably with the ecosystem, and that the two approaches could fruitfully interact.

*Keywords:* Body-mind connection, evolutionary medicine, cultural criticism, Daniel Quinn, civilisation

**Συνδυάζοντας την πολιτισμική κριτική του Daniel Quinn με τις απόψεις της σωματικής ψυχοθεραπείας**

 **Benedek T. Tihanyi MD (1)(2), Adam Balazs Czinege**

Παρελήφθη στις 2 Μαρτίου 2017, διορθώθηκε και έγινε δεκτό στις 9 Μαίου 2017-12-02

1. Ινστιτούτο Προώθησης Υγείας και Αθλητικών Επιστημών, Πανεπιστήμιο ELTE Eotvos Lorand
2. Μεταπτυχιακό Τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο ELTE Eotvos Lorand

**Περίληψη**

Στον τομέα των σωματικά προσανατολισμένων θεραπειών, όλοι φαίνεται να συμφωνούμε ότι, μια προσαρμοσμένη σύνδεση σώματος- νου είναι ουσιαστική για τη διατήρηση και αποκατάσταση της υγείας, καθώς και ότι οι κοινωνικο-πολιτισμικοί παράγοντες μπορούν να την επιδεινώσουν. Ορισμένοι αναζήτησαν προς τα πίσω τις ιστορικές ρίζες της χρόνιας καταπίεσης του σώματος ως την απαρχή του πολιτισμού (Fogel,2013). Η πολιτισμική κριτική είναι ένας τρόπος θεώρησης των ιδιοτήτων του πολιτισμού, οριζόμενου ως ενός περίπλοκου κοινωνικο –οικονομικού συστήματος, που χαρακτηρίζεται από ολοκληρωτική γεωργική διαχείριση, τυποποιημένο τρόπο ζωής, μαζικοποίηση του πληθυσμού, συνεχόμενη εκθετική αύξηση του πληθυσμού και της εδαφικής επέκτασης, αυστηρή κοινωνική διαστρωμάτωση ( Quinn,2009a). Ο πολιτισμένος τρόπος ζωής μπορεί να οδηγήσει σε δυσαρμονία μεταξύ της βιολογικής και της πολιτισμικής εξέλιξης και στην εγκατάλειψη των εξελικτικά προσαρμοστικών στρατηγικών επιβίωσης σε ατομικό (Bardos 2003) και κοινωνικό (Von Rueden & Van Vugt,2015) επίπεδο. Προτείνουμε ότι η επακόλουθη ομοιοστατική δυσρυθμισία μαζί με ένα εξουσιαστικό σχήμα, μπορεί να συνεισφέρουν στη φθορά της σύνδεσης ψυχής-σώματος στον πολιτισμένο κόσμο και να εμπλέκονται με προσωπικές και οικογενειακές ιστορίες τραυμάτων. Για τους θεραπευτές προτείνουμε την καταφατική προσέγγιση: να διερευνούμε το τμήμα αυτό του πόνου του θεραπευόμενου που προέρχεται από πολιτισμικά πρότυπα, να το αποκαλύπτουμε και να το συναισθανόμαστε. Επίσης προτείνουμε ότι η διαδικασία του να βοηθούμε τους θεραπευόμενους να παίρνουν επαφή με το σώμα τους, συνηχεί με την προσπάθεια να μπαίνει η κοινωνία συνεχόμενα σε επαφή με το οικοσύστημα, και ότι αυτές οι δυό προσεγγίσεις αλληλεπιδρούν αποτελεσματικά μεταξύ τους.

*Λέξεις κλειδιά:* Ψυχοσωματική σύνδεση, εξελικτική ιατρική, πολιτισμική κριτική,Daniel Quinn, πολιτισμός

**Learning from Sabina Spielrein: charting a path for a relational drive theory**

**Esther Rapoport & Asaf Rolef Ben-Shahar**

Received 15th November 2016, accepted and revised 21 April 2017

“This demonic force, whose very essence is destruction (evil), at the same time is the creative force, since out of the destruction (of two individuals) a new one arises. That is in fact the sexual drive, which is by nature a destructive drive, an exterminating drive for the individual, and for that reason, in my opinion, must overcome such great resistance in everyone.”

S. Spielrein, 1909, in a letter to Freud

**Abstract**

The authors critically reflect on the insistence of late Stephen Mitchell, who is considered to be the founder of relational psychoanalysis, on omitting biological drives from the relational psychoanalytic theory and defining relationality in categorical and exclusionary terms as incompatible with Freud’s drive theory. It is argued that while Mitchell’s motives were understandable, the split between relationality and drives is no longer justified. It is suggested that the pioneering work of Sabina Spielrein, in particular her seminal paper *Destruction as The Cause of Coming into Being* (1912), can help provide conceptual tools for reintegrating relationality and drives and charting a path for a relational drive theory. In Spielrein’s text, the sexual instinct is conceptualized as a thrust towards interorganismic merger – “transformation from I-ness to We-ness” – a process that intensifies the psychophysiological processes of growth and change. The sex drive for her, then, is fundamentally a relational drive. The authors additionally comment on the phallocentricity and heteronormativity of the drive theory as we know it and suggest tools for developing a relational theory that could make room for women’s and queer subjectivities. Case material is used to illuminate the theoretical concepts.

*Keywords:* Sabina Spielrein, Mitchell, drive, relationality, postmodernism

**Μαθαίνοντας από την Sabina Spielrein: σχεδιάζοντας μονοπάτι για μια σχεσιακή ενορμητική θεωρία**

**Esther Rapoport & Asaf Rolef ben Sahar**

Ελήφθη στις 15 Νοεμβρίου 2016, διορθώθηκε και έγινε δεκτό στις 21 Απριλίου 2017-12-02

«Αυτή η δαιμονική δύναμη, που στην ουσία της είναι η καταστροφή (το Κακό), ταυτόχρονα είναι και δημιουργική δύναμη, εφ’ όσον από την καταστροφή (δύο ατόμων) προκύπτει ένα νέο. Αυτή είναι πράγματι η σεξουαλική ενόρμηση, που εκ φύσεως είναι μια ενόρμηση καταστροφής, εξολόθρευσης, και γι αυτό το λόγο, κατά τη γνώμη μου, έχει να υπερβεί τόσο μεγάλη αντίσταση μέσα στον καθένα μας».

S. Spielrein, 1909, γράμμα προς τον Freud

**Περίληψη**

Οι συγγραφείς συλλογίζονται πάνω στην επιμονή του Stephen Mitchell, θεωρούμενου ως πατέρα της σχεσιακής ψυχανάλυσης, να αποκλείει τις βιολογικές ενορμήσεις από τη σχεσιακή ψυχαναλυτική θεωρία και να ορίζει τη σχεσιακότητα με απόλυτους και αποκλειστικούς όρους ως ασύμβατη με τη θεωρία ενορμήσεων του Freud. Υποστηρίζουν ότι, ενώ το κίνητρο του Mitchell είναι κατανοητό, το σχίσμα ανάμεσα στη σχεσιακότητα και τις ενορμήσεις δεν είναι πια δικαιολογημένο. Προτείνουν ότι η πρωτοποριακή εργασία της Sabina Spielrein ,ιδίως το θεμελιώδες άρθρο της « Η Καταστροφή ως Αιτία του Ερχομού στην Ύπαρξη» (1912), μπορεί να παρέξει αντιληπτικά εργαλεία για μια εκ νέου απαρτίωση μεταξύ της σχεσιακότητας και των ενορμήσεων και να σχεδιάσει ένα μονοπάτι προς μια σχεσιακή ενορμητική θεωρία. Στο άρθρο της Spielrein, το σεξουαλικό ένστικτο θεωρείται ως μια ορμή προς μια δια-οργανισμική συγχώνευση – «μετασχηματισμός από το Εγώ στο Εμείς»-, μια διαδικασία που εντατικοποιεί τις ψυχοφυσιολογικές διαδικασίες της ανάπτυξης και της αλλαγής. Γι’ αυτήν, το σεξουαλικό ένστικτο είναι πρωτίστως μια σχεσιακή ενόρμηση. Επιπρόσθετα, οι συγγραφείς σχολιάζουν τον φαλλοκεντρισμό και τη φυσιολογικότητα της ετεροφυλοφιλίας που χαρακτηρίζουν την ενορμητική θεωρία όπως τη γνωρίζουμε, και προτείνουν εργαλεία για την ανάπτυξη μιας σχεσιακής θεωρίας που αφήνει χώρο στις υποκειμενικότητες της ανδρικής και γυναικείας ομοφυλοφιλίας. Χρησιμοποιούν υλικό από κλινικές περιπτώσεις προκειμένου να διαφωτίσουν τις θεωρητικές έννοιες.

*Λέξεις κλειδιά:* Sabina Spielrein, Mitchell,ενόρμηση, σχεσιακότητα, μεταμοντερνισμός

**The Triphasic Cumulative Microaggression Trauma Processing Model Informed by Body Psychotherapy**

**Michelle L. McAllister**

Third Edit and Resubmitted for the Somatic Counseling Psychology Masters Paper requirements of a master’s degree in Body Psychotherapy

Naropa University Boulder, Colorado, USA

Received 16th April 2016, Revised and Accepted 31st May 2017

**Abstract**

Microaggressions are influential on identity formation and are daily occurrences in many individuals’ lives. This article explores the formation and effect of internalised maladaptive messages derived from microaggressions in interpersonal relationships, institutions, and dominant culture. The impact of microaggressions on the nervous system and the delineation of the categories of microaggressions are discussed. Nonverbal communication, the body’s role, and the interaction of identity intersections of multiple marginalised identities are considered.
 The Triphasic Cumulative Microaggression Trauma Processing model is designed to discover internalized maladaptive messages from chronic microaggressions, evaluate these messages, and integrate the awareness gleaned to mitigate their adverse impact. The model merges concepts from Sensorimotor Psychotherapy, Dialectical Behavior Therapy’s Safe - Place visualization, Identity theory, Traumatology, and processing through cognition, emotion, and body sensations for trauma related to internalised maladaptive messages. The use of meta-processing through metaskills is emphasized throughout the proposed model.
 A case study in conjunction with a detailed description of the model is incorporated to create a distinct picture of the Triphasic Cumulative Microaggression Trauma Processing model’s operation.

 *Keywords:* Trauma, microaggression, body psychotherapy, internalized oppression, identity

**Ένα Μοντέλο Επεξεργασίας Τριών Φάσεων του Τραύματος λόγω Συσσωρρευμένων Μικροδόσεων Επιθετικότητας, βοηθούμενο από την Σωματική Ψυχοθεραπεία**

**Michelle L. McAllistair**

Tρίτη έκδοση, επανυποβολή για τις ανάγκες ενός Master paper στην Ψυχολογία Σωματικής Συμβουλευτικής, για την κτήση τίτλου Master στη Σωματική Ψυχοθεραπεία

Πανεπιστήμιο Naropa, Boulder, Colorado, USA

Ελήφθη στις 16 Απριλίου 2016, διορθώθηκε και έγινε δεκτό στις 31 Μαίου 2017-12-03

**Περίληψη**

Οι μικροδόσεις επιθετικότητας επηρεάζουν τη διαμόρφωση της ταυτότητας και αποτελούν καθημερινά συμβάντα στη ζωή πολλών ατόμων. Το άρθρο αυτό διερευνά τη διαμόρφωση και την επίδραση εσωτερικευμένων δυσπροσαρμοστικών μηνυμάτων, που προκύπτουν από μικροδόσεις επιθετικότητας από τις διαπροσωπικές σχέσεις, από τους θεσμούς και από την εξουσιαστική κουλτούρα. Συζητάται το αποτέλεσμα των μικροδόσεων επιθετικότητας πάνω στο νευρικό σύστημα, και σχεδιάζονται οι κατηγορίες των τύπων των μικροδόσεων επιθετικότητας. Μελετώνται η εξωλεκτική επικοινωνία, ο ρόλος του σώματος, και η αλληλεπίδραση των στοιχείων ταυτότητας διαφόρων πολλαπλών περιθωριακών ταυτοτήτων.

Το μοντέλο τριών φάσεων επεξεργασίας τραύματος από μικροδόσεις επιθετικότητας είναι σχεδιασμένο να αποκαλύπτει τα εσωτερικευμένα, δυσπροσαρμοστικά μηνύματα από χρονίζουσες μικροεπιθέσεις, να τα αξιολογεί και να αφομοιώνει τη συνειδητότητα που επιστρατεύεται για να καταπραύνει το αρνητικό τους αποτέλεσμα. Το μοντέλο συνδυάζει έννοιες από την Αισθητικοκινητική Ψυχοθεραπεία, τη Διαλεκτική Θεραπεία Οπτικοποίησης του Ασφαλούς Τόπου, τη Θεωρία Προσωπικότητας, την Τραυματολογία, και την επεξεργασία μέσω νόησης, συγκίνησης και σωματικών αισθήσεων για το τραύμα από εσωτερικευμένα, δυσπροσαρμοστικά μηνύματα. Καθ’ όλη την παρουσίαση του προτεινόμενου μοντέλου τονίζεται η χρήση της μετα-επεξεργασίας μέσω της μετα-εμπειρίας.

Παρατίθεται μια μελέτη περίπτωσης συνδεόμενη με λεπτομερή περιγραφή του μοντέλου, προκειμένου να δοθεί ακριβής εικόνα του τρόπου λειτουργίας του.

*Λέξεις κλειδιά:* τραύμα, μικροδόσεις επιθετικότητας,σωματική ψυχοθεραπεία, εσωτερικευμένη καταπίεση,ταυτότητα