

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

ילדות שחורות לומדות לשרוד: טראומה היסטורית והגילום בגוף (**embodiment**)
של "האישה החזקה"
דונייה וואלאס, צ'נטה פרסלי מור, קארן רולר

הכותבות חוקרות את מקורותיה של דמות "האישה השחורה החזקה" דרך עדשה היסטורית מבוססת טראומה כדי להציג ארכיטיפ זה כתגובה צפויה והכרחית לטראומה, תוך ניתוח נחיצותה של עוצמה והעברתה מדור לדור כעדות לתגובת טראומה בין דורית. אנו מתייחסות הן לצמיחה פוסט-טראומטית כפי שזו באה לידי ביטוי בהתגלמות בגוף של "האישה השחורה החזקה" והן להשפעות המזיקות שהיא מייצרת. אנו קוראות לכל המטפלים הסומטיים לעבור הכשרה מתמשכת בגישות אנטי-גזעניות כדי להבטיח טיפול מיומן למטופלות המציגות את ארכיטיפ האישה השחורה החזקה, ולחוקרים סומטיים לפתח הערכות והתערבויות טיפוליות מומלצות.

מסע נוגד-דיכוי להחזקת הגוף
פלורי סנט איים

מאמר זה הינו רפלקציה עצמית על ההתגלמות בגוף של דיכוי והכמיהה הקולקטיבית לשחרור ממערכות דיכוי, המכונה גם כפרקטיקה נוגדת דיכוי. הכותבת משתפת על המאמץ המתמשך שלה להתמודד עם דה-קולוניזציה תוך שהיא מסייעת לאחרים לעבור תהליך דומה באופן ישיר ועקיף. תוך שהיא מכבדת את החכמה של מסורות שמחוץ למתחם התעשייתי של בריאות הנפש, הכותבת מזמינה את הקורא להשתחרר מפרדיגמות השליטה האלימה שמטרתן להשתלט על הגופנפש שלנו במסווה של תיקון, ובמקום זאת, להפיח חיים בריפוי שלנו, ולפנות מקום לאלו שאנו מלווים כדי שיוכלו לעשות זאת גם כן.

דיכוי והתמכרות מפרקים משפחות: קריאה למטפלים סומטיים לאיחוי התקשרות
רייצ'ל יעקבי, קארן רולר

מאמר זה סוקר את הספרות העוסקת בייצוג הלא פרופורציונלי של ילדים שחורים, ילדים ובני תרבויות אחרות שגדלו במערכת האומנה הציבורית. אנו מתייחסות לתפקיד של דעות קדומות בהפניות לשירותי הרווחה, וממקמות את ההטייה הזו בתוך המערכות הגדולות יותר של דיכוי

טראומטי, שמעצבות את נקודת המבט של אנשי המקצוע וכן פוגעות באופן שיטתי במשפחות שמתדרדרות לשולי החברה, מה שמגדיל את הסיכון שלהן להיות מופנות לשרותי הרווחה.

אנו חוקרות את תפקיד ההתמכרות כתגובה נפוצה לטראומה ואטיולוגיה הקשורה במעורבות בשרותי אומנה, ושואלות כיצד משפחות מופלות ונענשות על כך. לבסוף, אנו קוראות למטפלים סומטיים המתמחים בטראומה ובעבודה נוגדת-דיכוי, לעזור לשבור את מעגלי ההתמכרות, ההתקשרות הלא בטוחה, המעורבות במערכת האומנה ושחיקת החמלה בקרב אלו שנמצאים בשטח.

מתוך הערפל אל עבר המודעות: מודל מודעות האדם המאומץ
סוזן פ. ברנקו, ג'ארן קים, גרייס ניוטון, סטפני קריפה קופר-לוטר, פאולה אוילוכלין

מודלים של מודעות ביקורתית מאירים תהליכים שבאמצעותם קבוצות מודרות מפתחות מודעות, הן פרטנית והן קולקטיבית, לגבי מערכות ומבנים מדכאים על מנת לעסוק בסופו של דבר באקטיביזם למען צדק חברתי. קבוצה מודרת אחת, מאומצים, הסתמכה על שפה של "מתוך הערפל" כדי להתוות את המודעות המתהווה של המאומץ לגבי השפעת האימוץ שכולל פרקטיקות מערכתיות בעייתיות. מודל המודעות של המאומץ, המבוסס על תהליך המודעות (*conocimiento*) של אנזלדואה (Anzaldúa), נע מעבר למודעות המתהווה כדי לתאר את התנועה האינדיבידואלית והקולקטיבית המתמשכת אל עבר אקטיביזם חברתי, שמאומצים עשויים להיתקל בה לאורך חייהם. המודל בנוי מחמש אבני בוחן בספירלה: 1) סטטוס קוו, 2) שבר, 3) דיסוננס, 4) התרחבות ו-5) סליחה ואקטיביזם. המודל כולל הצטלבות זהויות גזעיות, אתניות ותרבותיות תוך קידום אמפתיה כלפי מאומצים בכל שלב בו הם נמצאים בספירלת מודעות המאומץ, ותומך במטפלים הכוללים את הגוף בעבודה עם הצרכים הסומטיים של מאומצים.

היעלמות: גילום בגוף (*embodiment*) בקרב אנשים עם מוגבלויות והעיקשות של המודל
הביופסיכוסוציאלי של כאב כרוני
אנה ס. קונין

כאבים כרוניים, מחלות ומוגבלות הן תופעות נפוצות. המודל הביופסיכוסוציאלי של כאב אומץ באופן נרחב כפרדיגמה השלטת להבנת כאב כרוני בתחומי הפסיכולוגיה והרפואה. עם זאת, כוחות קפיטליסטים ניאו-ליברלים ניווטו את יישום מודל זה בדרכים המפחיתות את האטיולוגיה המורכבת של כאב כרוני לכדי גורמים פסיכולוגיים והתנהגותיים אינדיבידואליים בלבד. דבר זה למעשה מעלים את החוויה הסומטית של אנשים חולים/עם מוגבלויות, ומתעלם מהנזק הביולוגי, הפסיכולוגי, חברתי והמערכתי של אפליה כלפיהם. מאמר זה מציע פרספקטיבה על כאב כרוני מזוית של צדק חברתי, ומתאר את משמעות וחשיבות הנגישות עד כדי מצבים של חיים ומוות

(במיוחד בעידן המגיפה). המאמר בוחן הן את המגבלות והן את הפוטנציאל של הסומטיקה לתמוך בתחושת המסוגלות והשליטה של המטופל במסגרת החוויה שלו בהתמודדות עם כאב כרוני. זוהי בעת ובעונה אחת תזכורת, קריאה לרפלקציה ולפעולה מצד מטפלים, וחקירה של הפוטנציאל לשחרור יכולת הגילום בגוף של חולים/עם מוגבלויות בתוך המיכל הטיפולי ומחוצה לו.

פרקטיקות סומטיות בהדרכה גלובלית מבוססת אסון: טיפול בטרואמה משותפת והחלמה חואניטה בארנט, אליזבת לואיס, קארן רולר

מאמר סקירה זה בוחן את הספרות על הדרכה גלובלית לאחר אסון. המאמר חושף פער סביב פרקטיקות ספציפיות תלויות-תרבות של גילום בגוף, שעשויות להיחשב כטובות ביותר להדרכה יעילה בתנאים שלאחר אסון. הכותבות מהרהרות לגבי מודלים של טראומה ופרקטיקות סומטיות בהן משתמש הצוות שלהן בהדרכה לאחר אסון, כדי למנוע טראומטיזציה עקיפה ושחיקת חמלה, ומעלות הצעות למחקר המשך.

עבודת קול וצלילי ריפוי: התגברות על תגובת ההשתקה ושינוי למידה של חוסר קול ניקול קוואנס, קארן רולר

מאמר סקירה זה מתאר את הקונסוננס התיאורטי והמעשי של עבודת קול, צלילי ריפוי ופרקטיקות סומטיות מסורתיות. המאמר מדגיש את עיבוד הטרואמה ואת ערכה של ההעצמה בעבודת קול מובנית להשבת קולו של האדם מהשתקה שיטתית על ידי מערכות ויחידים מדכאים. הכותבות מציעות עבודת קול וצלילי ריפוי כרלוונטיים לשילוב בפסיכותרפיה סומטית כדי לתמוך במטופלים בשינוי השתקה מערכתית והעצמה עצמית.

יישום ניאו-פונקציונליזם בחווית נסיון החיים של הפרט הטרנסגי'נדר במהלך האפירמציה לטיציה סטריאלה, רוברטה רוזין, איירין ליאו

טרנסגי'נדרים מגלמים ומבטאים זהות מגדרית שמתעלה מעבר לציפיות הסוציו-תרבותיות לגבי מגדר, הקשורות באופן מסורתי למינים ביולוגיים בינארים. קיימות צורות של פתולוגיזציה ומדיקליזציה של תופעת הטרנסגי'נדריות בכל הנוגע להליכים משפטיים, כמו גם בפרקטיקה רפואית ופסיכולוגית, בהן נמשכת ההשקפה הבינארית של מגדר. התמקדות בתמיכה פסיכולוגית לפני תחילת התערבויות הורמונליות ו/או כירורגיות היא שלב עדין ואף שנוי במחלוקת במהלך תהליך האפירמציה. מטרת מאמר זה היא לשרטט קריאה של חווית נסיון החיים של הפרט הטרנסגי'נדר על פי המודל הפסיכולוגי של פונקציונליזם מודרני. באמצעות ניתוח נושאי זהו נושאים משמעותיים שעיצבו חוויה זו. באופן כללי יותר, הגישה הניאו-פונקציונלית אפשרה לנו להמחיש פרספקטיבה של המציאות הטרנסגי'נדרית שמנסה לראות מעבר להשקפה הדיכוטומית של גוף ונפש באמצעות גישה הרואה את האדם השלם. בדרך זו, אנו מניחים, הצטמצמו ההשפעות המגבילות של פתולוגיזציה, מדיקליזציה והמשגות מגדר בינאריות. לבסוף נדונו ממצאי ניתוח הנתונים ונכללו קישורים לספרות מדעית רלוונטית.

החוויה הסומטית של מיקרואגרסיות במרחב הטיפולי: הבנת השבר ודרכים לתיקונו שרי וישנב, דרין בסמה
מאמר זה בוחן את החוויות הסומטיות של מיקרואגרסיות, הבנת השבר הנובע מכך, ואת הדרכים לתיקון שבר זה במסגרות טיפוליות. הכותבות חוקרות את תהליך הסומטיזציה ביחס למיקרואגרסיות באמצעות תיאור מקרה מפורט. בנוסף, הכותבות מדגישות את הביטויים הפיזיים של סומטיזציה זו, ומציעות התערבויות סומטיות שמטרתן להחזיר את ההרמוניה במפגשים הבין אישיים של האינדיבידואל.

החזון של פנון על גזענות המגולמת בגוף עבור התיאוריה והפרקטיקה הפסיכואנליטית קניונה יאנג

החזון של פנון על גזענות המגולמת בגוף עבור התיאוריה והפרקטיקה הפסיכואנליטית הוא חקירה עצמית של פיוס כהגנה על הגוף, שנעה מעבר לבינארי אל תוך מצבים תת-מודעים וקדם-מודעים, ומגיעה אף מעבר לכך לתוך המרקם של הקסטה האמריקאית. חוקרים כמו פנון, הארדי וקנובלוך חקרו באומץ כיצד מבנים היררכיים של גזע וגזענות מתקיימים במרווח הבין-רקמתי שלנו (interstitium). על כן, כולנו חייבים לבחון את עצמנו ואת האופן שבו אנו משתפים פעולה עם מערכות דיכוי, כנתינים של אידיאולוגיה לבנה. בחינה עצמית זו מתחילה בשיבוש דפוסי הפיוס והחקיקה.