



TELO I PSIHA

Prof. dr Ljiljana Klisić i Biljana Jokić

Udruženje telesnih psihoterapeuta Srbije

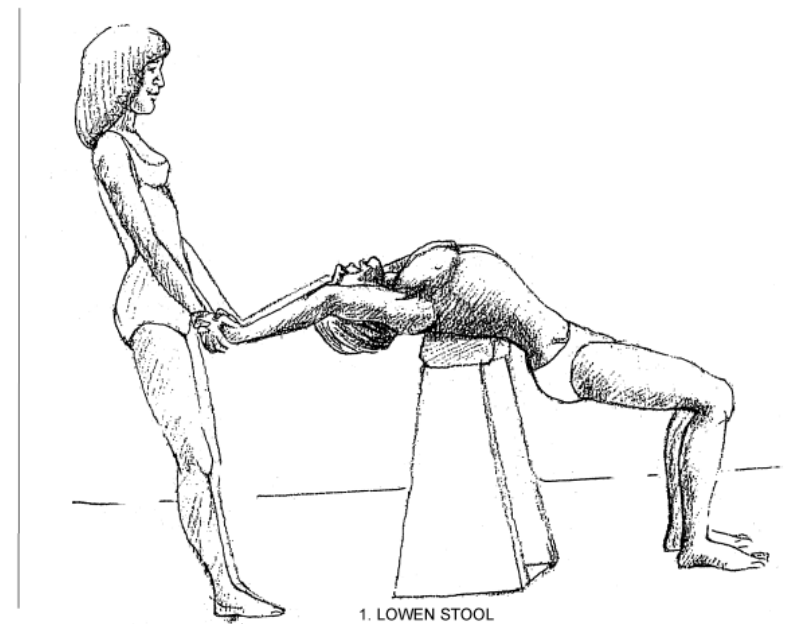
Telesna psihoterapija i Tepsinteza

- Telesno–psihološka sinteza (za lični rast: reedukacija u osećanjima i svrsi)
- Telesno–psihoterapeutska sinteza (za psihoterapiju)

Bazična postavka: funkcionalno jedinstvo tela i psihe

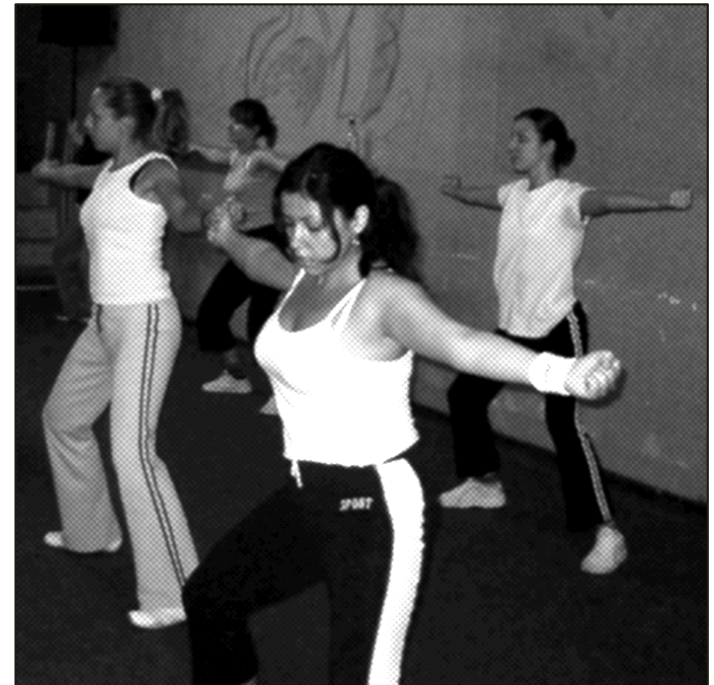
Cilj: integracija tela i psihe

Metod i tehnike: verbalne (razgovor), neverbalne (disanje, vežbe telesne svesnosti, izražavanje emocija kroz pokret i zvuk) + dodir, kao glavna specifičnost TP



Koncepti i principi rada

- Oslobađanje pulsacije
- Telesna i emocionalna svesnost
- “Sada i ovde”
- Centriranje i uzemljenje
- Horizontalno i vertikalno povezivanje



Razvoj poremećaja energetskog toka

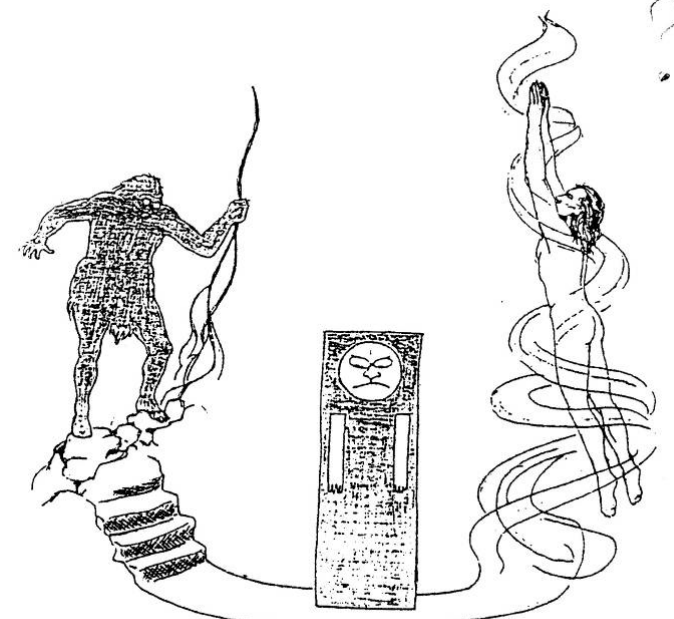
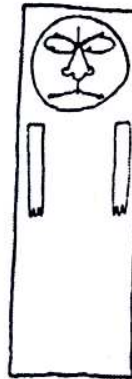
- Vaspitanje —————> blokada osećanja (psihičke i telesne manifestacije)



Only you yourself can be your liberator



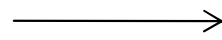
*Ne možeš da podneseš nijedan izraz života,
nijednu slobodnu, prirodnu kretnju*



Profinjavanje nagona

Ilustracije W. Steiga u "Listen, little man"

Hronični blokovi



Karakterne strukture

- Vrsta pulsacije određuje strukturu
- Tvrdi, meki i fleksibilni struktura



*Tvrda
struktura*

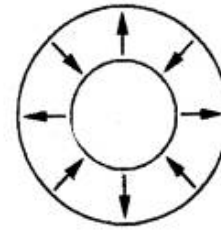
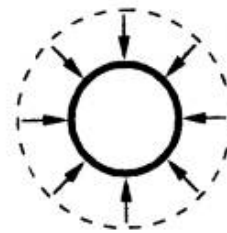
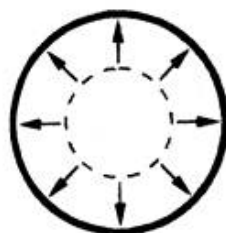


*Meka
struktura*



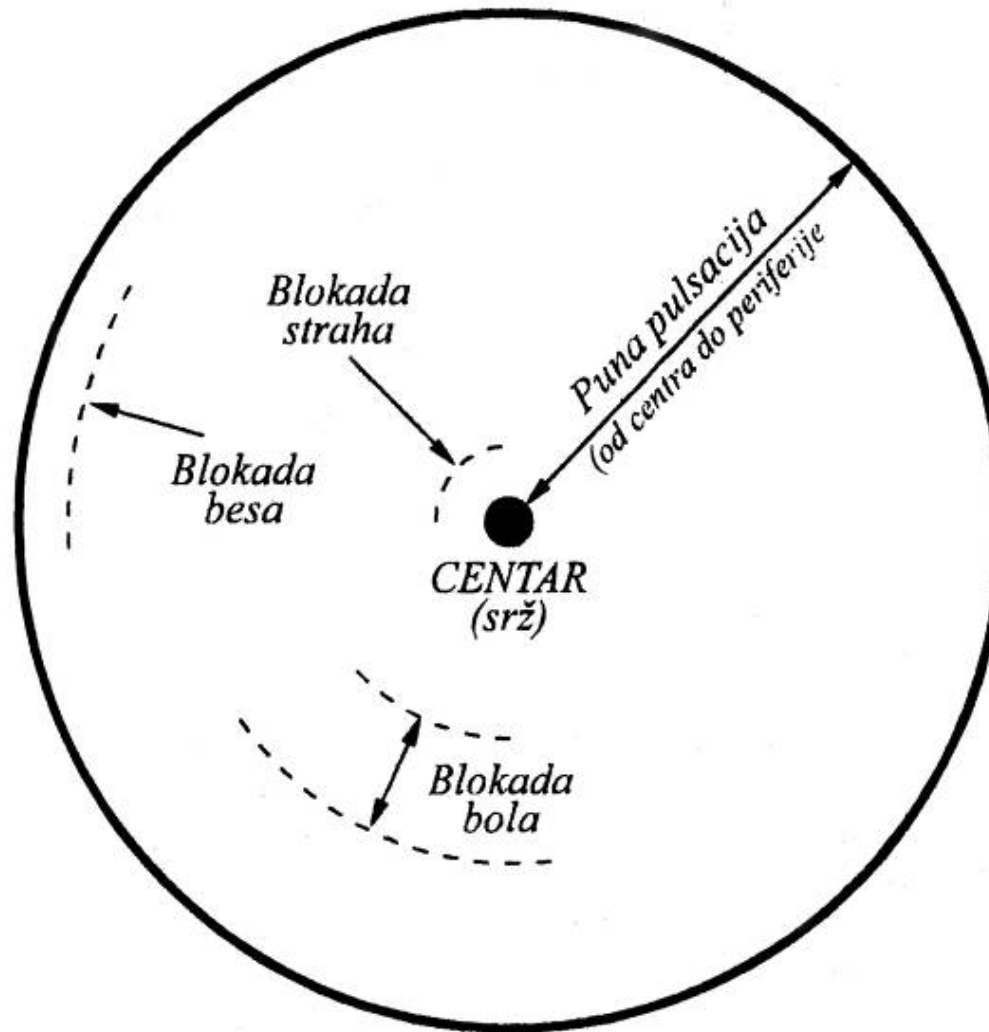
*Fleksibilna
struktura*

Uzdužni presek



Poprečni presek

Puna pulsacija i blokirane forme



Terapeutski i razvojni cilj: fleksibilnost putem horizontalnog i vertikalnog povezivanja

Rezultati

- Povećanje životnog zadovoljstva
- Poboljšanje stava o sebi i drugima
- Poboljšanje stava prema svom telu
- Poboljšano seksualno funkcionisanje
- Smanjenje anksioznosti, depresije, stresa itd.
- Poboljšanje lokusa kontrole

Model zdravlja:

- Etički i praktično se ne zastupa bilo koji idealni kriterijum ozdravljenja.
- Cilj je oslobađanje od bola, neprijatnosti ili neuspešnih načina samoregulacije.
- Klijent sam procenjuje poboljšanje stanja, uz terapeutovu podršku i sagledavanje umnih i telesnih znakova napretka.



Teorije nagona

U TePsintezi istražujemo evoluciju bazičnih ljudskih nagona:
za samo-održanjem (agresija) i za produženjem vrste (seksualnost)

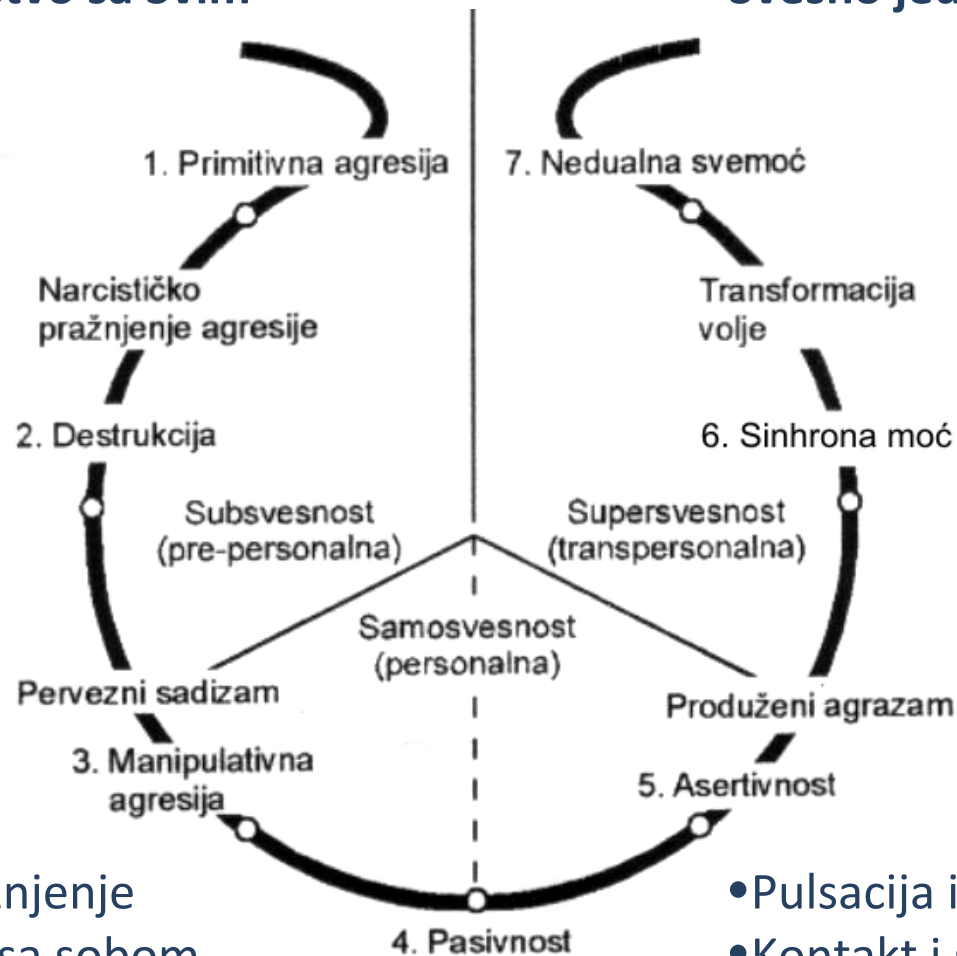
- Evolucija primitivne agresije vodi u stvarnu moć
- Evolucija primitivne seksualnosti vodi ka radosti i većem uživanju



Razvoj agresije

Nesvesno jedinstvo sa Svim

Svesno jedinstvo sa Svim



- Pulsacija i pražnjenje
- Kontakt samo sa sobom
- Partner se zloupotrebljava kao objekat (ja-ja)

- Pulsacija i transformacija
- Kontakt i sa sobom i sa drugima
- Partner je subjekat (ja-ti)

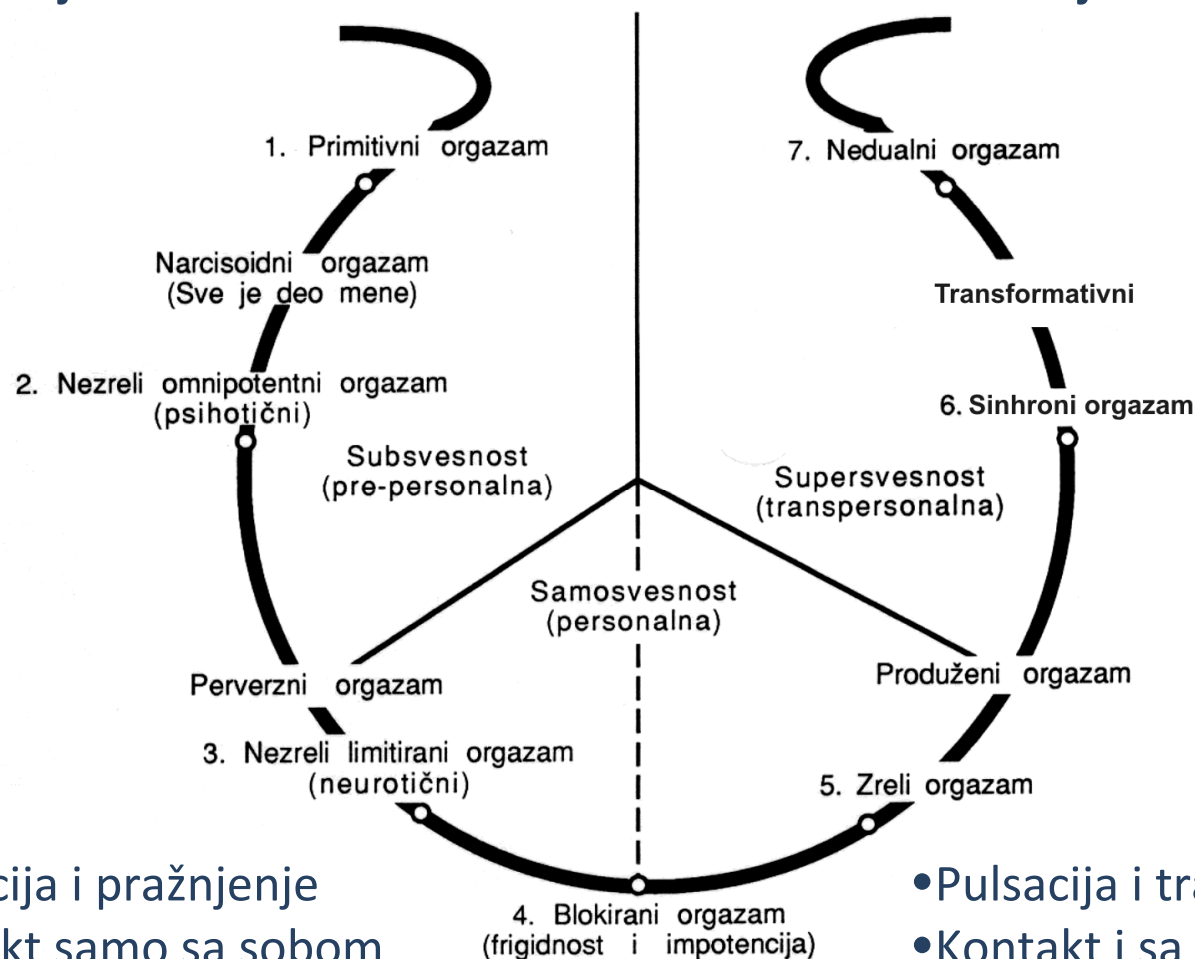
Stanje SEBIČNOSTI

Stanje LJUBAVI

Spektar orgazma

Nesvesno jedinstvo sa Svim

Svesno jedinstvo sa Svim



- Pulsacija i pražnjenje
- Kontakt samo sa sobom
- Partner se zloupotrebljava kao objekat (ja-ja)

- Pulsacija i transformacija
- Kontakt i sa sobom i sa drugima
- Partner je subjekat (ja-ti)

Stanje SEBIČNOSTI

Stanje LJUBAVI

Hvala na pažnji 😊

