

СЕКЦІЯ 6

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ДЕЗАДАПТОВАНOSTІ ВЕТЕРАНІВ АТО/ООС

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF MALADAPTATION OF ATO / JFO VETERANS

У статті представлена авторська програма та модель соціально-психологічної корекції дезадаптованості ветеранів антитерористичної операції / операції об'єднаних сил. Проаналізовані основні психокорекційні принципи, що застосовуються для надання психологічної допомоги учасникам бойових дій.

До методологічної основи запропонованої психокорекційної програми увійшли положення про: принципи та види психокорекції (А. Бондаренко, А. Осипової та ін.); особливості надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок екстремальних ситуацій (Л. Гридковець, Т. Палієнко); особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям і ветеранам війни (О. Ковальчук, В. Невмержицький, О. Запорожець, Дж. Креймєєр); положення про систему медико-психологічної реабілітації військовослужбовців та особливості психологічної роботи психологів із військовослужбовцями-учасниками ООС (О. Кокун, Н. Агаєв, І. Пішко).

У статті наведені результати формувального експерименту, які довели ефективність запропонованої програми психокорекції. За результатами застосування t-критерію Стьюдента виявлені значущі відмінності за показниками шкал: дезадаптованості, прийняття інших, неприйняття інших, емоційного дискомфорту, внутрішнього контролю й ескалізму у досліджуваних учасників бойових дій після їх участі у запропонованій програмі соціально-психологічної корекції дезадаптованості ветеранів АТО / ООС.

Запропоновану програму психокорекції можна застосовувати у діяльності психологів, котрі надають психологічну допомогу учасникам АТО / ООС і членам їх сімей.

Ключові слова: психокорекція, принципи

психокорекції, соціально-психологічна дезадаптованість, порівняльний аналіз, ефективність програми психокорекції.

The article presents the author's program and model of social and psychological correction of maladaptation of veterans of the Anti-Terrorist Operation / Joint Forces Operation. The analysis of the basic psychocorrectional principles applied at rendering of the psychological help to participants of military operations is presented.

The methodological basis of the proposed psychocorrection program includes provisions on: principles and types of psychocorrection A. Bondarenko, A. Osipova and others; features of providing psychological assistance to victims of extreme situations L. Hrydkovets, T. Paliienko; features of providing psychological assistance to servicemen and war veterans O. Kovalchuk, V. Nevmerzhytskyi, O. Zaporozhets, J. Kreimeyer; provisions on the system of medical and psychological rehabilitation of servicemen and features of psychological work of psychologists with servicemen-participants of OOS O. Kokun, N. Ahaiev, and I. Pishko.

The article presents the results of a formative experiment based on the results of which the effectiveness of the proposed psychocorrection program is proved. The results of Student's t-test revealed significant differences in the indicators of scales: maladaptation, acceptance of others, rejection of others, emotional discomfort, internal control and escapism in the studied participants in hostilities after their participation in the proposed program of socio-psychological correction of maladaptation of ATO / JFO veterans.

The proposed program of psychocorrection can be used in the activities of psychologists who provide psychological assistance to members of the ATO / JFO and their families.

Key words: psychocorrection, principles of psychocorrection, socio-psychological maladaptation, comparative analysis, effectiveness of the psychocorrection program.

УДК 159.98:355.018(477)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.29.24>

Бессараба О.Ю.
аспірант кафедри психології
та соціальної роботи
Вінницький державний педагогічний
університет імені Михайла
Коцюбинського

На території України із 2014 р. тривають військові дії, які висувають цілу низку нових невідкладних завдань. Серед проблем, що потребують вирішення із застосуванням державного втручання, – надання психологічної допомоги учасникам антитерористичної операції / операції об'єднаних сил (АТО / ООС) і членам їх сімей.

Світові дослідження вказують на нищівний вплив наслідків військових дій на людство, на виникнення психічних і психологічних порушень, а це зумовлює необхідність розробки

та впровадження нових видів соціально-психологічної реабілітації, психокорекційних програм і програм соціального супроводу членів бойових дій і членів їх сімей.

Теоретичне вивчення наукових праць, результати проведеного констатувального експерименту заклали підґрунтя для створення програми соціально-психологічної корекції дезадаптованості ветеранів АТО/ООС. Методологічну основу зазначеної програми психокорекції сформували праці А. Маслоу [2], К. Роджерс [4, с. 98–99], Г. Балла

[1, с. 98–99], С. Максименка [3, с. 19–20], І. Чухрій [7, с. 19–20] та інших науковців, котрі працювали у гуманістичній парадигмі. Узагальнення зазначених праць дозволило сформулювати такі положення: врахування індивідуальних особливостей кожного ветерана; забезпечення умов розвитку і саморозвитку особистості; забезпечення ветеранам можливості реалізації себе у різних видах діяльності відповідно до індивідуальних інтересів, ціннісних орієнтацій і суб'єктивного досвіду. Крім того, під час розробки психокорекційної програми було враховано можливість всебічного розвитку особистості за допомогою активних соціально-психологічних методів навчання. Враховувалася можливість здійснення зазначеного впливу за оптимально короткий час (І. Вачков, Ю. Ємельянов, Л. Петровська, Т. Яценко) [3, с. 98–99].

Дослідженням специфіки бойової психічної травми та її наслідків, зокрема негативних психічних станів, займалися О. Тимченко, В. Осьодло, С. Миронець, С. Яковенко та ін. Різні аспекти реабілітаційної роботи з військовослужбовцями розглядали такі вітчизняні та зарубіжні дослідники, як Г. Акімов, В. Березовець, В. Гічун, Р. Грінкер, В. Ковтун, О. Коржиков, В. Стасюк.

Важливою передумовою відновлення учасників бойових дій є комплексний підхід до реабілітаційного процесу загалом. Тобто поряд із наданням медичного супроводу, якщо має місце порушення здоров'я, важливо здійснити надання соціально-психологічного супроводу, допомогти вирішити проблеми у сім'ях і трудовому колективі учасників АТО / ООС.

Вплив травми на психічне здоров'я розглядався у межах багатьох психологічних концепцій. У психоаналітичному напрямі надається перевага розгляду дорослих неврозів (Ф. Йоманс, Дж. Кларкін, О. Кренберг, А. Фрейд, З. Фрейд), а особливості психологічної допомоги під час переживання травматичного досвіду війни описані у роботах Дж. Герман, М. Мюллера, З. Фрейда. Достатньо широко опрацьована й описана проблема допомоги особистості, яка пережила травматичні події, у когнітивно-поведінковій терапії Д. Барлоу, Дж. Бека, К. Монсон, П. Шнур, П. Резнік, М. Фрідман та емотивно-образної терапії Н. Лінде та ін. Вітчизняними науковцями О. Кокун, Н. Агаєвим, О. Пішко, О. Романчуком, І. Чухрій розроблено основні положення психологічної допомоги учасникам бойових дій і ветеранам, котрі отримали інвалідність під час бойових дій.

У розробці програми психокорекції було враховано основні світові та вітчизняні здобутки у галузі надання психологічної допомоги учасникам бойових дій, особливо у напрямку інтеграції міжособистісної нейробіології та психотерапії [11; 12].

Практична реалізація програми психокорекції соціально-психологічної дезадаптованості здійснювалася відповідно до основних загальних принципів психокорекційної роботи, таких як:

1. Принцип єдності діагностики та корекції. Для визначення вектору психокорекційного впливу, постановки завдань і підбору засобів психокорекції необхідно визначити «проблемні зони» досліджуваних. Ефективність психокорекції залежить від якості проведеної діагностики. За результатами констатувального дослідження були виділені чинники дезадаптованості ветеранів АТО / ООС, враховані у розробці комплексної програми соціально-психологічної корекції.

Застосування психокорекційних засобів потребує контролю за їх ефективністю, що розкривається у формульованому дослідженні.

2. Принцип цілісності особистості (С.Д. Максименко [3], К. Роджерс [4]), який полягає у направленості психокорекційної роботи на цілісність особистості ветерана АТО / ООС, на єдність біологічного і соціального. С. Максименко пише «Цілісність – атрибут, форма існування і розвитку цього утворення, притаманна йому абсолютно. Будь-яке штучне, уявне розмежування цієї цілісності, що здійснюється не за логікою, призводить до неможливості (знову таки) уявного наповнення її здобутками в усій «операції» емпіричними фактами» [3].

3. Принцип нормативності розвитку [1]. Нормативність розвитку – це послідовність вікових стадій онтогенетичного розвитку. Під час проведення психокорекційної роботи необхідно враховувати такі характеристики: особливості соціального розвитку (сімейну ситуацію, працевлаштування, громадську активність та ін.); рівень психологічної зрілості; саморозвиток і самовдосконалення; вплив пережитої травми на якість життя учасника АТО / ООС.

4. Принцип каузальності полягає у тому, що психологічна корекція має бути сконцентрована на глибинних витоках відхилень психічного розвитку, а не на зовнішніх проявах цих відхилень. Зазначений принцип можна розглядати у розумінні специфіки психічних феноменів як результату взаємодії та протидії сил у динамічному процесі. Динамічне походження феноменів має генетичну природу, оскільки розглядає не лише самі феномени, але і природу їх витоків (М. Кляйн, О. Феніхель, З. Фрейд та інші представники психоаналітичного напрямку [7]). Психічні явища розглядаються як процеси, аналізується їх розвиток, вдосконалення та регресія.

5. Принцип діяльності. Основним способом корекційного впливу є організація активної діяльності учасників АТО / ООС, під

час реалізації якої створюються умови для орієнтування у складних життєвих ситуаціях, надається основа для позитивних особистісних змін. Корекційний вплив здійснюється у межах певної діяльності, є засобом скеровування активності особистості, прояву креативності та спонтанності.

Відповідно до зазначеного принципу, на думку А. Осіпової, корекційна робота представлена як тренування умінь і навиків, як цілісна усвідомлена діяльність, природно й органічно поєднана із системою буденного життя та взаємин клієнтів [5].

6. Принцип гуманістичного ставлення до особистості, який виражається у ставленні один до одного з повагою, у прийнятті людей такими, якими вони є. Принцип гуманності передбачає психологічну захищеність особистості, її впевненість у тому, що особистісно-конфіденційна інформація не стане предметом обговорення поза групою [11; 12].

7. Принцип саморозкриття та самоусвідомлення. Розкриття свого «Я» (внутрішнього світу) перед іншими членами групи є ознакою сильної, здорової особистості. Як підкреслює К. Рудестам: «Можливість відкрити свою душу іншому сприяє психотерапевтичному ефекту» [8].

8. Принцип «тут і тепер». Учасники групи аналізують процеси, що відбуваються у групі у певний момент. Це один із центральних принципів групової психотерапії, який сприяє вивільненню негативних переживань, розвиває психологічну чутливість, підвищує усвідомлення самого себе, розвиває більш позитивну «Я-концепцію», допомагає здобути віру в себе, сприяє розвитку глибокої рефлексії та формує навички самоаналізу.

9. Принцип «зворотного зв'язку». Інформування один одного про вплив поведінки на діяльність групи допомагає більш адекватно сприймати і розуміти отриману інформацію, більш успішно контролювати неадекватну поведінку.

10. Принцип «конфіденційності», що забезпечує створення атмосфери психологічної безпеки та саморозкриття, яке полягає у нерозголошенні того, про що йдеться у групі стосовно конкретних осіб. Цей принцип особливо важливий у роботі з ветеранами АТО / ООС [11; 12].

11. Принцип «усвідомлення», що забезпечує концентрацію уваги на процесах самопізнання, самоаналізу, рефлексії, довіри до себе, вчить брати відповідальність на себе.

Враховуючи зазначені вище чинники (факторний аналіз), ми виділили деякі пріоритетні напрямки розвитку ветеранів АТО / ООС, які передбачали позитивну зміну, формування таких складників:

- формування загальної інтернальності, інтернальності у галузі досягнень, інтернальності у галузі міжособистісних стосунків;
- розвитку комунікативних навичок;
- здатності керувати негативними емоціями, зумовленими травмуючою подією, з метою запобігання дезадаптації;
- формування стійкої позитивної самооцінки й особистісної впевненості;
- усвідомлення власного особистісного сенсу та зміни життєвих пріоритетів;
- трансформації минулого досвіду в пошуках позитивних змін, що відбувалися з ветераном внаслідок зіткнення із травмуючим досвідом;
- підвищення цінності життя, формування позитивних соціальних установок на життя;
- зниження частоти та важкості наслідків перенесених бойових психічних травм у формі гострих стресових реакцій;
- моделювання нових типів поведінки;
- можливості ставити цілі, спрямованості на майбутнє у сенсі вирішення задач;
- відновлення рівня психологічної безпеки особистості;
- відновлення довіри ветеранів до соціального оточення;
- управління власною соціальною взаємодією та стосунками;
- формування власного самосприйняття та минулого досвіду, усвідомлення власних досягнень.

Головною метою формувального експерименту був розвиток у ветеранів АТО / ООС усталеної позитивної самооцінки, відповідальності за власне життя, трансформація травмуючого досвіду у пошуках позитивних змін, навичок партнерського спілкування та продуктивної діяльності, прагнень до активного пошуку і знаходження гідного місця у суспільстві. Аналізуючи зміст формувальних складників, ми класифікували їх таким чином.

Вплив на пізнавальну сферу (когнітивний аспект, інтелектуальне усвідомлення) передбачав:

- усвідомлення ветеранами АТО / ООС того, які ситуації викликають напругу, тривогу, страх та інші негативні емоції, що провокують появу фіксацій і підсилення дезадаптації;
- встановлення зв'язку між негативними емоціями та появою фіксації та підсиленням симптоматики;
- встановлення особливостей своєї поведінки й емоційного реагування у різних ситуаціях, їх повторення, ступеня адекватності та конструктивності;
- розуміння того, як поведінка сприймається іншими, як вони сприймають ті чи інші особливості поведінки й емоційного реагування, як оцінюють її та які наслідки має така поведінка;

– розуміння розбіжностей між власним образом Я і сприйняттям себе іншими;

– усвідомлення власних потреб, мотивів, цілей, відношень, установок, а також ступеня їх адекватності, реалістичності, конструктивності.

У процесі психокорекції емоційно-чуттєвої сфери учасники АТО / ООС повинні були:

– отримати емоційну підтримку з боку групи та тренера;

– переживати позитивні емоції, пов’язані із прийняттям, підтримкою і взаємодопомогою;

– пережити неадекватність деяких своїх емоційних реакцій;

– навчитися щирості у почуттях до себе та до інших людей;

– стати більш вільними у вираженні власних позитивних і негативних емоцій;

– розкрити свої проблеми з відповідними переживаннями;

– провести емоційну корекцію своїх відносин;

– опанувати методи саморегуляції та керування стресом (релаксація);

Загалом засоби психокорекції емоційної сфери охоплювали чотири аспекти:

1) диференціацію і вербалізацію емоцій, а також їх прийняття;

2) відновлене переживання й усвідомлення минулого емоційного досвіду;

3) переживання й усвідомлення досвіду психокорекційного процесу і власного стану;

4) формування більш емоційного сприймання ставлення до себе.

Процес корекції у поведінковій сфері повинен був допомогти ветерану:

– усвідомити власні неадекватні поведінкові стереотипи (очікування допомоги, стратегії уникання неспіху тощо);

– набути досвіду більш щирого, глибокого і вільного спілкування (звернення уваги на мотиви допомоги у спілкуванні);

– подолати неадекватні форми поведінки у процесі корекції, у тому числі ті, що пов’язані з відреагуванням внутрішньої напруги. Передбачалося, що це дасть можливість намітити шляхи для самореалізації ветерана;

– розвинути форми поведінки, пов’язані зі співпрацею, відповідальністю, самостійністю;

– закріпити нові форми поведінки, які сприятимуть їх адекватній адаптації та функціонуванню у реальному житті;

– виробити та закріпити адекватні форми поведінки і реагування на основі успіхів у пізнавальній та емоційній сферах.

Загалом всі завдання формульованого експерименту були спрямовані на:

1) формування у ветеранів ефективної саморегуляції на основі адекватного самоусвідомлення й емоційного позитивного ставлення до себе;

2) виявлення і розвиток творчого потенціалу особистості ветерана;

3) опанування ним основ психологічної культури.

Психокорекція фокусувалася на формуванні адекватної самосвідомості та розширенні її сфери [5].

Психокорекційна програма була спрямована на зменшення визначених в емпіричному дослідженні чинників соціально-психологічної дезадаптованості.

Як свідчать дані табл. 1., у ветеранів АТО / ООС експериментальної групи після участі у програмі психокорекції статистично значимо знизилися рівні емоційного компонента: фізична агресія ($t = 1,98$, де $p \leq 0,05$), а також з’явилася тенденція до зменшення рівня гніву ($t = 1,172$, де $p \leq 0,05$), до зменшення рівня ворожості ($t = 1,98$ при $p \leq 0,05$), знизився рівень депресивних станів ($t = 1,98$, де $p \leq 0,05$). У ветеранів АТО / ООС після проведення психокорекційної програми

Таблиця 1

Динаміка розвитку показників емоційного компонента в учасників експериментальної та контрольної груп до і після формульованого експерименту

Групи Ветеранів АТО / ООС на різних етапах експерименту	Показники, що отримані за методиками:						
	Mississippi Scale	«Опитувальник рівня агресивності» (А. Басса – М. Перрі) депресивні стани				тривожність за Спілбергером – Ханіним	
		ПТСР	Фізична агресія	гнів	ворожість	депресія	реактивна
Експериментальна, до експерименту	91,4	27,2	22,48	21,8	40,84	30,24	42,56
Експериментальна, після експерименту	57,8	20,56	16,96	15,68	30,2	21,44	34,16
Контрольна, до експерименту	74,6	23,88	19,72	18,74	35,52	25,84	38,36
Контрольна, після експерименту	74	23,4	19,2	18,2	34	25	38,36

понижилися показники невротичних станів, фізичної агресії, гніву та ворожості.

Крім того, знизився рівень реактивної ($t = 1,98$, де $p \leq 0,05$) та особистісної тривожності ($t = 1,98$, де $p \leq 0,05$).

Виявлено, що у ветеранів АТО / ООС експериментальної групи, які були включені у програму психокорекційного експерименту, порівняно з контрольною групою зросли самоконтроль, емоційна стійкість, впевненість у собі. Значно вищим став у них і рівень самосвідомості, зокрема вміння брати на себе відповідальність за наслідки своїх дій, вчинків. Позитивні зміни відбулися й у структурі самовизначення: посилювався їх інтерес до діяльності, активізувався пошук смислу власного існування, посилювалася потреба у самореалізації, покращився рівень комунікативної культури тощо. Все це стало наслідком зняття, «відпрацювання» психотравмуючого власного досвіду з попередніх періодів життя.

Також у зазначених представників експериментальної групи статистично виявлено зміни рівнів поведінкових компонентів, таких як (таблиця 2): копінг, орієнтований на вирішення задач ($t = 1,98$ при $p \leq 0,05$), орієнтація на емоції ($t = 1,98$, де $p \leq 0,05$). У ветеранів АТО / ООС підвищився показник адаптивності до самовладання, що впливає на рівень стресостійкості й адаптації у професійному середовищі.

Підвищився рівень орієнтації на вирішення задач у стресових ситуаціях і знизився рівень орієнтації на емоції.

Розвиток означених якостей дозволить ветеранам адекватніше ставитися до власних можливостей, краще адаптуватися до нової ситуації, ефективніше виконувати роботу, а також проявляти отримані знання та вольові якості у реалізації власних задумів.

За допомогою статистичного аналізу після впровадження комплексної програми подолання дезадаптованості ветеранів АТО / ООС ми виявили динаміку в досліджуваних рівнях розвитку кожного фактору та за допомогою t -критерія Стьюдента порівняли його значення до та після експериментального впливу.

Аналіз результатів повторної діагностики за методикою «Соціально-психологічна адаптація» (К. Роджерс – Р. Даймонд), які утворили експериментальну групу, дозволив зробити висновки, що значущі зміни відбулися за шкалами: зменшився рівень дезадаптованості ($t = 1,98$ при $p \leq 0,05$), неприйняття себе ($t = 1,98$ при $p \leq 0,05$), підвищився рівень прийняття інших ($t = 1,98$ при $p \leq 0,05$), знизився рівень неприйняття інших ($t = 1,98$ при $p \leq 0,05$), знизився рівень емоційного дискомфорту ($t = 1,98$ при $p \leq 0,05$), знизився рівень внутрішнього контролю ($t = 1,98$ при $p \leq 0,05$), знизився рівень ескапізму ($t = 1,98$ при $p \leq 0,05$).

Динаміка показників рівнів факторного навантаження складових компонентів подолання дезадаптованості у ветеранів АТО / ООС експериментальної та контрольної груп до та після експерименту представлена у таблиці 2.

Таблиця 2

Динаміка розвитку показників поведінкового компонента в учасників експериментальної та контрольної груп до і після формувального експерименту

Групи ветеранів АТО / ООС на різних етапах експерименту	Схильність особистості до конфліктної поведінки за методикою К. Томаса					Методика виміру копінг-поведінки у складних стресових ситуаціях				
	Суперництво	Співробітництво	Компроміс	Уникання	Прийняття	Орієн. на вирішення задач	Орієн. на емоції	Стратегія уникання	Стратегія відволікання	Соціальне відволікання
Експериментальна, До експерименту	5,04	5,56	7,52	6,36	5,56	43,12	26	29,56	12,76	11,44
Експериментальна, після експерименту	5,08	5,76	7,84	5,84	5,48	40,92	15,12	30,32	11,64	12,6
Контрольна, До експерименту	5,06	5,66	7,68	6,1	5,52	42	20,56	29,94	12,2	12
Контрольна, після експерименту	5,02	5,5	7,61	5,9	5,5	42	20	29,3	12	12

Таким чином, виявлення рівнів компонентів подолання дезадаптованості у ветеранів АТО / ООС свідчить про те, що ветерани, у роботі з якими була впроваджена програма «Соціально-психологічна корекція дезадаптованості ветеранів АТО / ООС», мають вищий рівень її розвитку, ніж ті, з якими не проводилось таких занять.

Висновки. Статистично доведено, що після участі у програмі психокорекції ветерани АТО / ООС (експериментальної групи) стали більш адаптованими, врівноваженими, стресостійкими, здатними приймати самостійні рішення та брати на себе відповідальність за власні вчинки. Вони об'єктивніше сприймають себе та власні можливості, спрямовані на успішне подолання дезадаптованості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балл Г.М. Понятие адаптации и его значение для психологии личности. *Вопросы психологии*. 1989. № 1. С. 92–100.
2. Маслоу А. Самоактуализация. Тексты. / под ред. Ю.Ю. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1982. 324 с.
3. Максименко С.Д. Генетическая психология (методологическая рефлексия проблем развития психологии). Москва : Рефл-бук; Киев : Ваклер, 2000. 320 с.
4. Роджерс К. Клиенто-центрированная терапия / пер.с англ. Москва : Рефл-бук ; Киев : Ваклер, 1997. 320 с.
5. Кондюкова В. Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців силових структур, звільнених у запас : навчально-методичний посібник. Київ : Гнозис, 2013. 116 с.
6. Комар Т.О. Психологічна характеристика внутрішньоособистісних конфліктів учасників АТО-ООС. *Вчені записи Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Т. 32 (71). № 2. 2021. С. 129–135.
7. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. Москва : Наука, 1989. 456 с.
8. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Личность: теории, эксперименты, упражнения. Санкт-Петербург : пройм – ЕВРОЗНАК, 2002. 864 с.
9. Чухрій І.В. Психологічні механізми соціальної адаптації ветеранів антитерористичної операції об'єднаних сил з порушеннями функцій опорно-рухового апарату. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. 2019. Серія 19. Вип. 37. С. 178–186.
10. The United Nations in Ukraine. 2018. "Four years of conflict in Ukraine leave 4.4 million people in a dire humanitarian situation." Accessed October. *ScienceRise: Biological Science*. № 5 (14). 2018. 23.
11. Badenoch, B. Cox, P. Integrating interpersonal neurobiology with group therapy. *International Journal of Group Psychotherapy*. 2010. № 60 (3). P. 462–481.
12. Levine. P. *Waking the Tiger: Healing trauma*. Berkeley, CA : North Atlantic Books, 1997.