

УДК 159.923

**СЕПАРАЦІЙНА ТРИВОГИ ОСОБИСТОСТІ:
МЕТОДОЛОГІЧНИЙ ВИМІР ДОСЛІДЖЕННЯ****Гайдучик П. Д.**

Розгляд проблеми сепараційної тривоги особистості актуалізує питання її теоретико-методологічної конкретизації у структурі загально психологічного знання та прикладних психотерапевтичних аспектах набуття психологічної безпеки. Розглянуто конструкт сепараційної тривоги та конкретизовано її види, форми і функції прояву. Зазначено, що зміст і динаміка сепараційного впливу залежить як від особистісних ресурсів набуття емоційної безпеки, так й від системи психотерапевтичних засобів, які сприяють досягненню особистісної відповідальності і зрілості особистості.

Ключові слова: тривога, сепарація, сепараційна тривога, особистісна безпека, особистісні ресурси, особистісна зрілість.

The review of separation anxiety of a personality problem actualizes its theoretical and methodological specification in the structure of general psychological knowledge and applied psychotherapeutical aspects of acquiring psychological security. The construct of separation anxiety is considered and its types, forms and function displays are concretized. It is pointed out that the content and dynamics of separation influence depend both on the personal resources of emotional security acquisition and the system of psychotherapeutic methods that contribute to personal responsibility and maturity.

Keywords: anxiety, separation, separation anxiety, personal security, personal resources, personal maturity.

Рассмотрение проблемы сепарационной тревоги личности актуализирует вопрос ее теоретико-методологической конкретизации в структуре общего психологического знания и прикладных психотерапевтических аспектах приобретения психологической безопасности. Рассмотрен конструкт сепарационной тревоги и конкретизированы ее виды, формы и функции проявления. Отмечено, что содержание и динамика сепарационного влияния зависит как от личностных ресурсов приобретения эмоциональной безопасности, так и от системы психотерапевтических средств, которые способствуют достижению личностной ответственности и зрелости личности.

Ключевые слова: тревога, сепарация, сепарационная тревога, личностная безопасность, личностные ресурсы, личностная зрелость.

Постановка проблеми. Останнім часом вивчення проблеми емоційної сфери особистості посідає одне з перших місць в контексті актуальних питань її соціально-психологічної адаптації та особистісної безпеки. Одним з потужних внутрішніх факторів, який визначає міру особистісного благополуччя є тривожність, який не тільки відображає стабільність переживання особистістю почуття безпеки, але й відповідає за психологічну стійкість щодо переживання стресових ситуацій. Одним з видів тривожності є сепараційна

тривога, яка виникає при переживанні загрози соціальної ізоляції та високих ризиках самотності. У соціальній реальності людини переживання нею подібних загроз є досить розповсюдженим явищем у різні вікові періоди становлення особистості. Також проблема вивчення сепараційної тривоги ставиться в плані не тільки емпіричних досліджень, але й в плані теоретичного обговорення в силу дефіциту існуючих доробок. Малочисельність опублікованих робіт з цієї проблематики робить запропонований матеріал методологічного аналізу проблеми сепараційної тривоги особистості своєчасним і актуальним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В системі психологічного знання можна виокремити різновекторні дослідження феномену тривожності особистості. Зокрема, йдеться про особливості розвитку тривожності в межах різних вікових етапів від раннього дитинства до періодів зрілості (Я. Гошовський, Б. Кочубей, О. Новікова, О. Захаров, В. Кисловська, А. Прихожан та ін.); специфіку нейрофізіології тривожності і страху (П. Гальперин, К. Мей, С. Епстейн, Р. Лазарус, М. Левітов, О. Ухтомський та ін.); діагностичні можливості експериментального вивчення тривожності (Г. Айзенк, Р. Кеттел, Ч. Спилбергер, Б. Філіпс, А. Прихожан та ін.). Перевагою вказаних психологічних доробок є загальна наукова позицію дослідників щодо розгляду особистісної тривожності як психодинамічного процесу емоційно-вольової регуляції діяльності людини.

З огляду на існуючий теоретико-емпіричний арсенал дослідження тривожності як специфічного стану людини, що виникає в особливих (напружених) умовах та як особистісної властивості, що проявляється в межах емоційного переживання негативної модальності, спільною ознакою тривожності є надмірна схильність до хвилювання, страху і стану тривоги в різноманітних фрустраційних ситуаціях, які загрожують фізичною небезпекою, неприємностями, невдачами тощо (В. Мясіщев, Р. Немов, А. Свядоц, В. Суворова, П. Тіллих та ін.).

Виокремлення невирішених раніше частин загальної проблеми. Сепараційна тривога, що викликається загрозою розлучення з об'єктами прив'язаності не отримала відповідного дослідницького статусу в межах вітчизняних психологічних досліджень, але, останнім часом, коли соціально-політична ситуація в Україні набула характеру військового конфлікту, все частіше йдеться про вироблення теоретико-методологічної позиції інтерпретації об'єктивної (колективної) та суб'єктивної (індивідуальної) оцінки можливих і реальних порушень особистісної безпеки в міграційних межах військового конфлікту засобом диференціації погроз фізичного існування, психологічного благополуччя та соціальної ізоляції учасників бойових дій. Тому, на нашу думку, контекст вивчення сепараційної тривоги є актуальним аспектом вивчення цього феномену в межах військової та соціальної психології.

Варто виокремити аспекти вивчення сепараційної тривоги в межах клінічної психології, а саме аспекти сепараційних впливів на стан хворого, які впливають на ефективність лікувального процесу. Коли йдеться про тяжкі захворювання, які вимагають від людини постільного режиму, і, як наслідок її відриву від повсякденної діяльності, звичного способу життя, можливо й на довгий період, то їй приходится розлучатись із звичним середовищем, а відповідно переживати сепараційну тривогу з цього приводу. При цьому значним навантаженням є відрив від звичного середовища. Хворому дуже не вистачає діяльності, яка складає ціль його життя. Все це порушує не тільки його соціальні зв'язки, але й відносини із зовнішнім середовищем та торкається душевної рівноваги хворої людини.

Звичне середовище, любов і турбота сім'ї, турбота про дітей, звичне місце роботи означають внутрішню впевненість, створюють спокій і гармонію, а при захворюванні спокійне життя тимчасово або надовго підлягають небезпеці. Ця небезпека, що загрожує його звичним умовам існування людини, так і стабільність її внутрішнього світу, викликає страх і тривогу. В медичній практиці спостерігаються й описані різноманітні форми проявів подібних опасінь і страхів (М. Боухал, Ю. Зубарев, А. Квасенко, Р. Конечний, М. Лебединський, В. Матвєєв, В. М'ясищев, В. Оранський, В. Ташликов тощо), а в психології вони є малодослідженими.

Тому презентований матеріал присвячений методологічному аналізу сепараційної тривоги як психологічного феномену, який потребує конкретизованої інтерпретації з метою подальшої трансформації опрацьованого теоретичного конструкта у сферу актуальних прикладних досліджень.

Метою даного аналітичного огляду є поповнення інформаційного вакууму навколо даної проблеми та оцінка евристичної сили набутих психотерапевтичних можливостей її вивчення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Конструкт сепараційної тривоги традиційно розглядається як базовий афект, що продукує стан незахищеності та безпорадності, а прототипом даного виду тривоги є страх бути розлученим з тим, хто необхідний для виживання. Сепараційна тривога може бути об'єктивною або невротичною. Прояви об'єктивної сепараційної тривоги можна зустріти у немовлят або тяжкохворих дорослих, коли відсутність турботи і догляду з боку близької людини несе загрозу життю. Невротична сепараційна тривога виникає тоді, коли присутність іншої людини використовується як захист від іншого виду тривоги. В обох випадках її виникнення зумовлюють два чинники: страх перед невизначеною небезпекою, або ззовні, або від зростаючого внутрішнього напруження; і страх втратити об'єкт, який вважається здатним захистити або прийти на допомогу.

Термін «сепарація» в контексті сепараційної тривоги використовується у двох значеннях. В одному контексті слово «сепарація» означає розставання з людиною, з якою встановлені відносини довіри. Тимчасова відсутність такої людини може бути причиною переживань: самотності, печалі, туги, злості чи болю, а також полегшення і свободи. Тут сепарація створює такий контекст у відносинах, в якому інший може почуватися вільним – приходити і йти, обирати продовження відносин або їх припинення. У подібних відносинах розставання в часі і просторі не означає переривання емоційних зв'язків з близькою людиною або втрату її любові, оскільки вона, сприймається як надійна, і така, яка не скористається розставанням, щоб кинути (покинути). Така сепарація (розлука) припускає надію на повернення, навіть якщо кожне розставання викликає страх ймовірної реальної втрати близької чи коханої людини. Іншими словами, відсутність значущої особи викликає відповідні афекти, але не загрожує психічній структурі «Его». Подібна сепарація, викликає психічну біль, пов'язану з опрацюванням смутку, але втрата об'єкта не супроводжується втратою «Его». Абсолютно інше переживання розставання (сепарації) відбувається, коли людина не довіряє намірам близької їй особи.

Концепція сепарационной тривоги отримала свій розвиток в роботах З. Фрейда, М. Малер, М. Кляйн, О. Ранка, Р. Спітца, Дж. Боулбі, У. Біона та ін. Процес сепарації і

індивідуації тісно пов'язаний з формуванням ідентичності. Ступені, що ведуть до інтеграції психічного життя і відкриттю почуття ідентичності, вимагають як опрацювання скорботи, яка стосується не тільки близької особи, але й тих її частин «Его», які залишаються прив'язаними до неї. Згідно психоаналітичним поглядам кожна втрата близької особи (розлука з ним) і кожна зміна сприймається несвідомим як втрата власних частин, пов'язаних з ним. Ось чому тривалий і болісний процес скорботи (бідкання) необхідний для поступового відновлення ідентифікаційних аспектів.

Так, З. Фройд першопочатково припустив, що тривога є наслідком неадекватною розрядки енергії лібідо, але пізніше він переглянув це припущення і зробив висновок, що тривога є функцією Его та призначення її полягає у тому, щоб попереджати людину про загрози [5]. Загалом у психодинамічній теорії виокремлюють три типи тривоги в залежності від напрямку виходу загрози: реалістична тривога – це емоційна відповідь на загрозу і/чи розуміння реальних небезпек зовнішнього світу, яка виконує функцію самозбереження; невротична тривога – це емоційна відповідь на небезпеку того, що неприйнятні імпульси з боку Ід стануть усвідомленими; моральна тривога виникає тоді, коли Ід прагне до активного вираження аморальних думок чи дій, і Суперего відповідає на це почуттям провини і сорому.

Послідовниця психоаналізу К. Хорні розглядала тривожність як невід'ємний компонент психіки, що формується в ранніх стосунках з батьками. Так, якщо батьки недостатньо уважні до дитині, виявляють щодо неї недостатньо кохання, і турботи, то з часом у дитини виникає вороже ставлення до них. Це ставлення дитина змушена витісняти, оскільки вона залежна від батьків. Згодом саме ці пригнічені почуття обурення і ворожості поширюються на відносини з іншими людьми. Цей стан описаний дослідницею як «базальна тривога» – інтенсивне відчуття відсутності безпеки [10].

Розвиваючи психодинамічну теорію, В. Райх окрім лібідо, включає усі основні біологічні і психологічні процеси. А саме, задоволення він розглядає як вільний рух енергії з серцевини організму до периферії й у світ. Тривога ж розуміється ним як перешкода контакту цієї енергії із зовнішнім світом, повернення її всередину, що викликає «м'язові затискачі», які спотворюють та руйнують природне відчуття, зокрема сексуальне. Також в описі феноменології тривожності він додає такого важливого аспекту як ригідність і м'язова скутість, відмова від виконання дії шляхом блокади тілесних органів [10].

Звичайно не можливо не згадати автора індивідуальної психології А. Адлера, який обгрунтовуючи комплекс неповноцінності, наголошує на обов'язкову присутність тривоги, яка виникає у зв'язку із необхідністю відновити втрачене соціальне почуття (почуття єдності соціуму), коли соціальне оточення ставить перед індивідом завдання [8].

Так з огляду позицій психоаналітичної теорії стає зрозумілим, що не дивлячись на широкий інтерпретаційний спектр цього психологічного явища, усе ж таки тривога – це стан побоювання, занепокоєння, випробовуване людиною за умов очікування неприємностей, яке зазвичай приводить до виникнення захисних реакцій.

Так у випадку прояву сепараційної тривоги важливим є набуття можливості виокремлення від іншої особистості, що передбачає: здатність до переживання печалі у відносинах між двома людьми, один з яких бере сепарацію і диференціацію від іншого; здатність до опрацювання скорботи на рівні «Его», залученого у відносини емоційної прихильності з особою, від якої суб'єкт сепарується. Опрацювання скорботи вплітається в

більшість психічних процесів, в яких вона виконує функцію вибудовування кордонів «Его» на різних етапах психічного розвитку від дитинства до старості. Різні стадії нормального розвитку можна розглядати як успішне подолання ситуацій скорботи, пов'язаних зі змінами протягом життя.

Ступені, що ведуть до інтеграції психічного життя і відкриттю почуття ідентичності, також вимагають опрацювання скорботи, яка відноситься не тільки до близької людини, а й до тих частин «Его», які залишаються прив'язаними до неї. Згідно психоаналітичним поглядам кожна втрата близької особи (розлука з нею) і кожна зміна неусвідомлювано сприймається як втрата власних частин, пов'язаних з нею. Ось чому тривалий і болісний процес скорботи (бідкання) необхідний для поступового відновлення характерних «Его» складових ідентичності. Творча робота при бідканні спрямована на відкриття аспектів власної оригінальності, які формують ідентичність.

В основі опрацювання сепарационної тривоги в теорії об'єктних відносин лежить діалектика нарцисизму і об'єктних відносин [7]. Одномоментне визнання в психологічному просторі суб'єкта його «Его» і об'єкту, є умовою опрацювання ряду нарциссических захистів, спрямованих проти двох протилежних цілей: в одному випадку це «не-сприйняття» і заперечення диференціації (нарциссическая альтернатива), в іншому «не-відкриття» об'єкта (об'єктна альтернатива). Захисти, спрямовані на «не-сприйняття» і заперечення диференціації, підсилюють тенденції у ставленні змішання «Его» і об'єкта. Нарцисична альтернатива полягає в привабливості перебування в стані часткового з'єднання і злиття з об'єктом і «конкретного» володіння ним, з благородними намірами не втратити його. Втрата злиття подібна повній втраті об'єкта і переживається з тривогою, оскільки суб'єкт не уявляє собі ніякої іншої форми відносин крім володіння. Об'єктна альтернатива включає відносини суб'єкта, який визнає об'єкт і довіряє йому. Хоча об'єкт відомий, він залишається дещо утаємничим, оскільки суб'єкт відмовляється від конкретного володіння. Більш того, суб'єкт вже готовий не створювати єднання з об'єктом і диференціюватися від нього; він терпимо ставиться до незбагненого і загадкового характеру об'єкта, оскільки відносини існують на символічному психічному рівні, що відображають внутрішню реальність об'єкта.

Варто зазначити, що люди, які переживають сильну тривогу розриву потрапляють у пастку втрати свого особистісного простору, тим самим порушуючи суверенність своєї особистості, яка за словами К. Нартової-Бочавер, є системною якістю, що проявляється в суверенності тіла, теориторії, світу речей, звичок, соціальних зв'язків та цінностей [9]. Також особистісний простір розуміють як унікальну характеристику індивідуальності, як суб'єктивно значущий фрагмент буття, який визначає актуальну діяльність і стратегію життя людини та включає комплекс фізичних, соціальних і психологічних явищ, з якими людина себе ототожнює, а отже оберігає усіма доступними їй фізичними та психологічними засобами.

Якщо на психологічному рівні сепараційна тривога відчувається, як напруга, стурбованість, нервозність, відчуття невизначеності, то на фізіологічному рівні така реакція виявляється як важке невизначене відчуття «занепокоєння», «тремтіння», «кипіння», «бурління» у різних частинах тіла, найчастіше в грудях, і нерідко супроводжується різними сомато-вегетативними розладами (тахікардією, пітливістю, частішанням сечовипускання, шкірною сверблячкою тощо).

Така симптоматика ще раз підкреслює, що при переживанні сепараційної тривоги людина втрачає відчуття безпеки, яке характеризується переживаннями спокою, рівноваги, комфорту, радості, щастя, захищеності. До умов, які б забезпечили безпеку можна віднести різні види ресурсів суб'єкта: надійне оточення становить соціальний ресурс; розум, компетентність, знання – інтелектуальний; відповідальність і життєвий досвід – особистісний; сила, здоров'я і особистісна територія – фізичний ресурс особистості [12]. Контроль за ситуацією, дотримання правил і залучення зовнішніх засобів, включаючи звернення за допомогою, є основними способами досягнення безпеки. У своїй сукупності вони представляють собою достатню систему заходів щодо запобігання і подолання небезпек і збереження суверенності особи.

Говорячи про активацію індивідуально-психологічних ресурсів подолання тиску погрози розлуки, використовують різноманітні релаксаційні техніки, техніки візуалізації та фокусування, основна мета яких – віднайти ресурс зміни та приєднати його до проблемного переживання. За допомогою цих технік стійкі навички саморегуляції удосконалюються, і особистість досягає доцільного контролю станів і дій. У процесі саморегуляції здійснюється поетапне проживання таких фаз: ідентифікація тілесного психоемоційного стану та аналіз невербальних тілесних сигналів на основі тілесного самоспостереження; відтворення станів і образів комфорту, спокою, радості, умиротворення, підтримки на основі певних наборів тілесних відчуттів і психосоматичних патернів; усвідомлення відтворених станів і образів та емоційного відгуку на них за принципом зворотного зв'язку.

Саморегуляція є особливим випадком збереження психосоматичної рівноваги. Так як в кожному мить на особистість діє безліч факторів, ця рівновага порушується, з боку зовнішнього оточення або внутрішніх потреб людини, що призводить до розвитку протилежної тенденції до відновлення рівноваги. Процесом відновлення балансу між факторами, що порушують рівновагу є саморегуляція, у процесі якої створюється образ задоволеної потреби або вона реально задовільняється. У результаті особистість формує свій світ з задоволеними потребами, які зменшують напругу та відновлюють рівновагу. Таким чином, саморегуляція є процесом, за допомогою якого особистість може задовольнити свою потребу в безпеці. За допомогою саморегуляції особистістю здійснюється самоконтроль своїх функцій на основі «мудрості організму» на відміну від «патології самоманіпуляції, контролю оточення тощо» [10].

На нашу думку, наоптимальнішим варіантом психотерапевтичного впливу на людину, що переживає сепараційну тривогу, є використання в практичній роботі з нею психоаналітичних інтерпретацій, які дають змогу отримати доступ до її внутрішнього світу і трансформувати усвідомлювані та неусвідомлювані психічні реакції на сепарацію та втрату близької особи незалежно від того чи зумовлена ця тривога реальністю чи то цілком базується на фантазіях, які є результатом придушених неусвідомлюваних бажань.

Зрозуміло, що не тільки використання психоаналітичних технологій визначає вибір тієї чи іншої форми протистояння сепараційним труднощам. Також суттєву роль відіграє й належність людини до соціуму – етнічній групі або соціальному прошарку, прийняття нею певної соціальної ролі, а також соціальний досвід в цілому, який набутий в сім'ї, школі, інституті тощо.

Висновки і перспективи. Проведений теоретико-методологічний експеримент у проблему

переживання людиною сепараційної тривоги дає змогу виснувати, що сепараційна тривога за своєю інтенсивністю та тривалістю перешкоджає формуванню адаптаційного поводження, призводить до порушення поведінкової інтеграції та загальної дезорганізації психіки людини. Система заходів, спрямованих на розвиток здатності людини адекватно переживати сепараційний вплив, відбувається в процесі поступового задоволення потреб особистісної безпеки та досягнення особистісної відповідальності і зрілості. Клімат емоційної безпеки сприяє актуалізації її внутрішніх ресурсів, які реорганізують можливості людини забезпечувати власну безпеку.

Визначаючи перспективи дослідження, хотілося б зазначити, що проблематика вивчення сепараційної тривоги набуває свою популярність, і тому її подальше вивчення є досить широкими у різноманітних прикладних галузях психології.

Література

1. Акімова Л. Н. Стратегии формирования личностной защищенности при оказании психологической помощи / Л. Н. Акімова. – Психологія професійної безпеки: технології конструктивного самозбереження особистості [Текст]: колективна монографія / О. Лазорко, Ж. Вірна, Л. Акімова [та ін.]; за ред. Ж. Вірної. – Луцьк: Вежа-Друк, 2015. – С. 50-71.
2. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Дж. Боулби; [пер. с англ. В.В. Старовойтова]. – М.: Академический Проект, 2006. – 240 с.
3. Бубер М. Два образа веры / М. Бубер; [пер. с нем.]; под ред. П. С. Гуревича, С. Я. Левит, С.В. Лезова. – М.: Республика, 1995. – 464 с.
4. Бурлачук Л. Психотерапия: психологические модели / Л. Бурлачук, А. Кочарян, М. Жидко. – СПб.: Питер, 2003. – 472 с.
5. Вайсс Дж. Как работает психотерапия: Процесс и техника / Дж. Вайсс; [пер. с англ. А.Б. Образцова]. – М.: Независимая фирма “Класс”, 1998. – 240 с.
6. Зигмунт Б. Индивидуализированное общество / Пер. с англ.; под ред. В. Л. Иноземцева. – М.: Логос, 2005. – 390 с.
7. Кинодо Ж. М. Приручение одиночества / Ж. М. Кинодо; [пер. с фр.] – М.: Когито-Центр, 2008. – 254 с.
8. Райкрофт Ч. Критический словарь психоанализа / Ч. Райкрофт ; [пер. с англ.] – СПб.: ВВЕИЛ, 1995. – 288 с.
9. Нартова-Бочавер С.К. Человек суверенный: опыт психологического исследования субъекта в его бытии / С.К. Нартова-Бочавер. – СПб.: Питер, 2008. – 400 с.
10. Паттерсон С. Теории психотерапии / С. Паттерсон, Э. Уоткинс. – СПб.: Питер, 2003. – 544 с.
11. Проблемы психологической безопасности / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Н. В. Тарабрина. – М.: Институт психологии РАН, 2012. – 440 с.
12. Харламенкова Н. Е. Представление о психологической безопасности: возрастной и личностный компоненты / Н. Е. Харламенкова / Современная личность: Психологические исследования / Отв. ред. М. И. Воловикова, Н. Е. Харламенкова. М.: Институт психологии РАН, 2012. С. 141–160.

References

1. Akimova L. N. Strategii formirovanija lichnostnoj zashhishhennosti pri okazanii psihologicheskoy pomoshhi / L. N. Akimova. – Psihologija profesijnoj bezpeki: tehnologii konstruktivnogo samozberezhennja osobistosti [Tekst]: kolektivna monografija / O. Lazorko, Zh. Virna, L. Akimova [ta in.] ; za red. Zh. Virnoji. – Luc'k: Vezha-Druk, 2015. – S. 50-71.
2. Boulbi Dzh. Sozdanie i razrushenie jemocional'nyh svjazej / Dzh. Boulbi; [per. s angl. V.V. Starovojtova]. – M.: Akademicheskij Proekt, 2006. – 240 s.
3. Buber M. Dva obraza very / M. Buber; [per. s nem.]; pod red. P. S. Gurevicha, S. Ja. Levit, S. V. Lezova. – M.: Respublika, 1995. – 464 s.
4. Burlachuk L. Psihoterapija: psihologicheskie modeli / L. Burlachuk, A. Kocharjan, M. Zhidko. – SPb.: Piter, 2003. – 472 s.
5. Vajss Dzh. Kak rabotaet psihoterapija: Process i tehnika / Dzh. Vajss; [per. s angl. A.B. Obrazcova]. – M.: Nezavisimaja firma “Klass”, 1998. – 240 s.
6. Zigmunt B. Individualizirovanoe obshhestvo / Per. s angl.; pod red. V.L. Inozemceva. – M.: Logos, 2005. – 390 s.
7. Kinodo Zh. M. Priruchenie odinochestva / Zh. M. Kinodo; [per. s fr.] – M.: Korito-Centr, 2008. – 254 s.
8. Rajkroft Ch. Kriticheskij slovar' psihoanaliza / Ch. Rajkroft; [per. s angl.] – SPb.: VVEIL, 1995. – 288 s.
9. Nartova-Bochaver S.K. Chelovek suverennyj: opyt psihologicheskogo issledovanija sub#ekta v ego bytii / S. K. Nartova-Bochaver. – SPb.: Piter, 2008. – 400 s.
10. Patterson S. Teorii psihoterapii / S. Patterson, Je. Uotkins. – SPb.: Piter, 2003. – 544 s.
11. Problemy psihologicheskoy bezopasnosti / Otv. red. A. L. Zhuravlev, N.V. Tarabrina. – M. : Institut psihologii RAN, 2012. – 440 s.
12. Harlamenkova N. E. Predstavlenie o psihologicheskoy bezopasnosti: vozrastnoj i lichnostnyj komponenty / N. E. Harlamenkova / Sovremennaja lichnost': Psihologicheskie issledovanija / Otv. red. M. I. Volovikova, N. E. Harlamenkova. M.: Institut psihologii RAN, 2012. S. 141–160.

Надійшла до редакції 01.11.2015
