

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ / GENERAL PSYCHOLOGY, PERSONALITY PSYCHOLOGY AND HISTORY OF PSYCHOLOGY

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.146.5>

ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ВАЛИДИЗАЦИИ МЕТОДА EMDR С УЧЕТОМ РОССИЙСКОГО МЕНТАЛИТЕТА

Научная статья

Лысенко Т.А.^{1,*}, Филь Т.А.²

¹ ORCID : 0009-0006-8219-5236;

² ORCID : 0000-0002-6061-8326;

^{1,2} Новосибирский государственный университет экономики и управления, Новосибирск, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (tatyanalys54[at]gmail.com)

Аннотация

В статье поставлен вопрос адаптации EMDR-терапии (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) в контексте российской культурной специфики. Обсуждаются особенности российского менталитета, рассматриваются уникальные черты российского менталитета, включая само понятие менталитета и полиментальности, проводится обзор основных культурных, социальных и психологических особенностей российского народа. Освещены связи между культурными особенностями, когнитивными способностями и языком, а также сделан акцент на адаптации метода с учетом семантического компонента. Обсуждаются выводы по проведенным исследованиям эффективности метода, а также предлагаются пути для дальнейших исследований в данной области.

Ключевые слова: EMDR-терапия, десенсибилизация и переработка движениями глаз, валидизация, адаптация нового метода, менталитет, лингвистическая относительность, язык.

SUBSTANTIATION OF THE NECESSITY TO VALIDATE THE EMDR METHOD TAKING INTO ACCOUNT THE RUSSIAN MENTALITY

Research article

Lysenko T.A.^{1,*}, Fil T.A.²

¹ ORCID : 0009-0006-8219-5236;

² ORCID : 0000-0002-6061-8326;

^{1,2} Novosibirsk State University of Economics and Management, Novosibirsk, Russian Federation

* Corresponding author (tatyanalys54[at]gmail.com)

Abstract

The article raises the issue of adaptation of EMDR-therapy (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) in the context of Russian cultural specifics. The features of the Russian mentality are discussed, the unique features of the Russian mentality are examined, including the very concept of mentality and polymentality, and the main cultural, social and psychological features of the Russian people are reviewed. The links between cultural features, cognitive abilities and language are highlighted, and emphasis is placed on adapting the method to take into account the semantic component. Conclusions on the conducted research on the effectiveness of the method are discussed, and ways for further research in this area are suggested.

Keywords: EMDR therapy, eye movement desensitization and reprocessing, validation, adaptation of a new method, mindset, linguistic relativity, language.

Введение

Психическое здоровье играет ключевую роль в определении качества жизни населения и общего благополучия населения страны. Личные проблемы, проблемы, связанные с аспектами социальной и экономической сферы, могут вызывать стресс, негативно влиять на общее благополучие, быть факторами, способствующими возникновению различных заболеваний, а также увеличению смертности, случаям самоубийств и снижением уровня рождаемости [7, С. 454].

Результаты исследования, проведенного Фондом «Общественное мнение» (далее – ФОМ) в декабре 2022 года, выявили уровень тревожности среди граждан России, который является самым высоким за последние десять лет, особенно за последние три года [12, С. 35]. Почти треть опрошенных россиян (26,7%) оценивают свою жизнь как среднюю по уровню удовлетворенности, в то время как пятая часть населения испытывает недовольство своим текущим положением и находится в стрессовом или предстрессовом состоянии [7, С. 456].

Данные статистики Всероссийского центра изучения общественного мнения свидетельствуют о том, что даже в стрессовых ситуациях 87% россиян никогда не обращались за помощью к профессиональным психологам. Тем не менее наблюдается и положительная динамика: за последние 13 лет спрос на профессиональную психологическую помощь в российском обществе постепенно увеличивается. Доля людей, обратившихся за поддержкой к психологу, увеличилась вдвое – с 6% в 2009 году до 12% в 2022 году [2].

Этот тренд свидетельствует о растущем осознании важности психологического благополучия. В контексте российской психотерапевтической практики это отражает не только увеличение числа пациентов, но и эволюцию самой психотерапевтической области.

Российская психотерапия прошла долгий путь в своем развитии: с начала признания основных концепций, предложенных зарубежными авторами, до формирования собственных теорий и идей. Эти теории положили основу для понимания человеческой природы, поведения, выявления проблем и их корней. Она также способствовала развитию методов восстановления и поддержания психологического здоровья на всех уровнях: биологическом, психологическом и социальном. Исследования, начатые В. М. Бехтеревым и продолженные его последователями, привели к созданию биопсихологической модели, которая помогла понимать человека и его заболевания. Этот путь привел к собственному развитию российской психотерапии [13, С. 359].

Российское психотерапевтическое сообщество продолжает активно развиваться, учитывая современные тенденции в медицине и психологии, а также стремится соответствовать европейским стандартам психотерапии как в практике, так и в образовании [13, С. 360].

В результате продолжающихся процессов культурной, политической и экономической глобализации [9, С. 103] и открытию границ с конца 1980-х и начала 1990-х годов, в Советском Союзе начался период повышенного интереса к западным методам психотерапии. Заслугой энтузиастов-психологов стало активное внедрение и развитие таких направлений, как гештальт-терапия, нейролингвистическое программирование, телесно-ориентированная психотерапия, психодрама и психоанализ [13, С. 362].

Наиболее известными и относительно новыми методами в настоящее время психотерапии стали: когнитивно-поведенческая терапия, ориентированная на травму, экспозиционная терапия и EMDR-терапия десенсибилизация и переработка движений глаз (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) [15].

Десенсибилизация и переработка движениями глаз – ДПДГ (или EMDR), интегративный вид психотерапии, который включает в себя не только элементы психодинамического, когнитивного, экспозиционного подходов, интерперсональной и телесно-ориентированной психотерапий, но и обладает собственными отличительными особенностями — использует билатеральную стимуляцию (движениями глаз, тактильной или звуковой) и базируется на принципах модели адаптивной обработки информации [29].

Согласно модели адаптивной обработки информации (АПИ), травматический опыт, который не может быть полностью обработан, хранится в сети памяти человека в замороженном состоянии. При одновременном движении глаз при повторном воспоминании травматического события, облегчается переработка негативного опыта, что приводит к снижению переживаний. В настоящее время EMDR является стандартизированной психотерапией, включающую анамнез пациента, подготовку, оценку, десенсибилизацию, установку, сканирование тела, закрытие и переоценку [40].

Адаптация существующих методов с учетом особенностей российского менталитета

Однако не стоит забывать, что российский менталитет имеет свои особенности, включая традиционные ценности, взгляды на роль личности, отношения в семье и обществе, а также культурные нормы и ожидания. Простое копирование и адаптация зарубежных методов без проверки их валидности и надежности в новых обстоятельствах, хоть и выглядит быстрым и экономически эффективным подходом к надежной и действенной психотерапии, все же вызывает вопросы и сомнения [1, С. 104].

Недоразумения, которые могут возникнуть во взаимодействии между разными культурами, затрагивают разные аспекты коммуникации, такие как: восприятие, мышление, речь, язык жестов и действия (взаимодействие). Наши способности восприятия ограничены приобретенным опытом, и они присваивают значения воспринимаемым объектам, исходя из существующего культурного контекста [11, С. 83].

Для успешной реализации и принятия психотерапевтических методов в России, граждане нашей страны должны ощущать доверие и уверенность в их релевантности и приемлемости для их менталитета и специфических потребностей.

При оценке ментальных особенностей, важно учитывать, как они выражаются в индивидах, входящих в разные группы, и при этом не упускать из виду связь этих характеристик с историческими событиями и традициями [4, С. 20].

Часто менталитет рассматривается как социально-психологическая программа действий и поведения народа в общем [6, С. 413]. Однако В. Е. Семенов дает определение термину «менталитет» как совокупности сознательных и бессознательных норм, ценностей и установок в их воплощениях на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях, свойственных конкретной социальной группе и ее представителям в длительный период времени [10, С. 59].

Именно исторический характер принципиально отличает понятие менталитета нации от общественного сознания, которое, в отличие от первого, может меняться быстро, даже несколько раз в течение одного поколения [3, С. 25].

Исследование уникальных аспектов современного российского менталитета представляет собой сложную задачу по нескольким причинам. Во-первых, необходимо выделить особенности мышления и поведения, которые не ограничиваются только русским народом, но также применимы к различным этносам, включая те, которые входят в состав Российской Федерации в настоящее время [4, С. 21]. Благодаря своей многолетней истории Россия стала многонациональным государством, в котором важно учитывать интересы различных народов и важно помнить, что не существует двух одинаковых культур даже в пределах одного региона [6, С. 410]. Каждая культура представляет собой не только одну узкоспециализированную личность, а скорее набор разнообразных модальных аспектов, переходящих друг в друга [14, С. 5].

Во-вторых, сами эти выявленные особенности постоянно меняются под влиянием процессов универсализации, а также в условиях роста информатизации и коммуникаций [4, С. 21].

В-третьих, продолжающаяся дискуссия о существующих фундаментальных ценностях, свойственных российскому менталитету, имеет разные точки зрения. Так, западно ориентированный взгляд, рассматривающий Россию как часть Европы и западного мира в целом, причисляет российскому менталитету традиционные европейские ценности, такие как: права человека, свобода слова, свобода совести, равенство перед законом, правовое государство, независимость судебной системы и другие. С восточной точки зрения предполагается, что в России преобладают традиционные

восточные ценности, такие как уважение к старшим, соблюдение иерархии и честь. По мнению сторонников смешанной точки зрения, российский менталитет представляет собой сложное сочетание как западных, так и восточных ценностей. Согласно уникальной точке зрения, Россия не приписывается ни к европейскому, ни к азиатскому культурному контексту, и считается уникальной и непохожей на оба эти направления [3, С. 24].

Использование многомерного подхода при анализе российского менталитета может способствовать избеганию узкоориентированного и одномерного восприятия современной российской реальности [3, С. 28].

В предложенной социальным психологом, В. Е. Семеновым концепции полиментальности, в российском обществе существуют относительно независимые социальные группы (Таблица 1 – Обзор фундаментальных принципов российского народа), каждая из которых имеет свой собственный менталитет: традиционно-доиндустриальный; постсоциалистический; рыночный и обладает фундаментальными принципами, основанных на отношениях с властью [3, С. 26].

Отношения с властью – важный психосоциальный феномен, который затрагивает как отдельных людей и группы, так и все общество. Качество отношений с властью зависит как от развития конкретного человека, так и от конкретных систем взаимоотношений внутри общества. Фактически, отношения с властью важны для формирования психических структур и для возможности противостоять хаосу и противостоять ему; для духовного развития и даже для получения чувства вдохновения [26].

Таблица 1 - Обзор фундаментальных принципов российского народа

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.146.5.1>

Фундаментальные принципы	Традиционный доиндустриальный менталитет	Постсоциалистический менталитет	Рыночный менталитет
Ценность индивидуальной личности	Эмиль Дюркгейм подчеркивает, что в традиционном (доиндустриальном) обществе значимость отдельного человека определяется его степенью вовлеченности в социальные отношения и в основном зависит от низкой степени специализации труда, при которой индивидуальный член общины может быть заменен без большого ущерба. Важным аспектом традиционного менталитета является идея поддержки личности через группу: когда человек вступает в группу, он ожидает получить поддержку от этой группы.	Часто воспринимается менее значимой по сравнению с традиционными обществами. Вместо акцента на индивидуальных достижениях и интересах, в социалистической культуре обычно уделяется большее внимание коллективным ценностям и интересам, подчеркивается важность принадлежности к коллективу и поддержке общественных целей.	Индивид рассматривается как независимый участник деятельности, свободный в рамках существующего права и морали. Рыночный менталитет подразумевает, что каждый человек несет ответственность за свою судьбу.

Разделение на «своих» и «чужих»	В традиционном обществе присутствует разделение на «своих» и «чужих». Это приводит к существованию двойных моральных стандартов: нормы, обязательные для отношений с «своими», могут быть необязательными и даже нежелательными в отношениях с «чужими».	Общество старается интегрировать всех его членов, и, если возможно, уменьшить различия между ними. Однако, даже при этом стремлении, понятие «чужих» все равно существует, и нередко они могут быть изолированы или оставаться за пределами данного общества.	Значительные различия в уровне жизни считаются нормой, если они соответствуют законам и нормам как с точки зрения формального права, так и с точки зрения морали.
Отношение к власти	Сильное централизованное правление, которое способствует политической безответственности и высокому уровню коррупции на верхних уровнях власти, что приводит к особому виду отношения к праву, характеризующийся недостаточным уважением к закону в разных социальных слоях населения. Длительное время существования системы крепостного права, которое одновременно служило как причиной, так и результатом вышеперечисленных факторов.	Субъектом власти в социалистическом обществе становится государство как главный ответственный для достижения стратегической цели – построения коммунизма. Власть связана с общественными должностями и служением интересам коллектива.	Власть считается ценностью, но она ограничивается формальными полномочиями и законами.

Примечание: источник [3, С. 26]

Исходя из вышесказанного, становятся понятными и логичными противоречия в основных исторических чертах российского метаэтнического менталитета: сильная приверженность идеологиям и религиозным взглядам; глубокое чувство государственности и предпочтение централизации; нейтральность в политике и склонность к бунтарству, приоритет справедливости перед законом; вера в моральное превосходство над другими этносами и метаэтносами, а также мессианизм; широкое мировоззрение, вдохновленное обширностью географического пространства и любовью к свободе, подчинение, ограниченное понимание собственных прав и достоинств; одобрение коллективных интересов над индивидуальными (групповое мышление, коллективизм); склонность к сохранению традиций и устоявшихся практик (предпочтение старому перед новым); стремление к абсолютным ценностям; восприятие реальности на эмоциональном уровне; способность к устойчивости и готовность преодолевать трудности ради достижения желаемых целей; способность к сотрудничеству и объединению разнообразных элементов (единство в разнообразии, основанное на любви); открытость к воздействию других культур, совмещенная с интроспекцией (гибридное поведение) [4, С. 21].

Русский национальный характер, пронизанный бинарным сознанием, сегодня проявляется в таинственных и непостижимых особенностях: открытости и эмоциональности в отношении близких и знакомых, одновременно с недоверием и сдержанностью по отношению к незнакомым лицам. Это также выражается в сочувствии к чужим страданиям и в равнодушии к потребностям близких, в способности прощать серьезные ошибки и в то же время строго осуждать малозначительные события. Наш народ олицетворяет глубокую веру в добро, красоту и светлое будущее, несмотря на трудности и проблемы настоящего времени [8, С. 41–42].

Другим важным аспектом, является то, что Российское общество и люди, проживающие в нем, сталкиваются с уникальными проблемами и вызовами, такими как высокая уровень социального давления, нестабильность, трудности взаимоотношений и т.д. Психотерапевтический метод, применимый для западной культуры, может не учитывать эти специфические проблемы и потребности.

Исследование любой модели должно учитывать культурно-исторический контекст, в котором она была разработана. Россия на протяжении своей истории была вовлечена в многочисленные войны в результате самых разных обстоятельств, которые оказали непосредственное влияние на нынешний облик страны [6, С. 410].

За последние несколько лет, жители Российской Федерации и во всем мире столкнулись с двумя серьезными вызовами: пандемией Covid-19 и политическим, а также цивилизационным и социокультурным кризисом, обусловленными острой эскалацией международной напряженности после начала специальной военной операции в феврале 2022 года. По сути, в последние три года мир находится в чрезвычайных условиях, которые существенно влияют на повседневную жизнь людей, на доминирующие информационные темы в обществе и, включая, на психологическое состояние населения [5, С. 14].

При адаптации нового метода крайне важно избегать прямого копирования, при работе с личными качествами, стилем общения, ценностями, интересами и самооценкой [1, С. 104]. Таким образом, проведение валидации нового психотерапевтического метода с учетом российского менталитета необходимо для обеспечения эффективности, релевантности и приемлемости метода для российской популяции. Это поможет улучшить результаты психотерапии и повысить качество жизни людей, нуждающихся в психологической помощи в России.

Когда мы изучаем культуру другой страны, мы видим, что отличаются не только обычаи и традиции, но также и сам язык, слова и грамматика. Даже идеи этой культуры и образ жизни могут быть разными [38]. Поэтому при адаптации нового метода следует обдуманно и оригинально использовать лингвистические средства, такие как формулировка вопросов и пояснений, а также культурно-специфические критерии оценки результатов [1, С. 104].

Ведь язык – это высокоинтегрированная символическая система; как культурное знание и поведение, оно является частью автоматизированного, само собой разумеющегося фона повседневной жизни [20]. Он содержит специфическую структуру ценностей, а смыслы, выражаемые через него, формируют общую философию, общую для всех говорящих на этом языке [33, С. 35]. Язык занимает центральное место в системе межкультурной коммуникации, так как язык формирует мировоззрение человека [9, С. 104], поскольку при освоении языка человек также усваивает определенную концепцию мира [33, С. 33–34] на основе представлений о природе мира и способах его познания, которых придерживаются люди, социальные группы, интеллектуальные течения или этнические культуры [37].

Существует ряд взглядов на природу взаимоотношений языка и мышления [38]. Доминирующая точка зрения в когнитивной науке рассматривает язык как биологический феномен, который отражается на восприятии, познании, эмоциях и социальном взаимодействии [20].

Гипотеза лингвистической относительности, также известная как гипотеза Сепира-Уорфа, утверждает, что индивидуальные системы понятий и ключевые характеристики мышления человека зависят от того языка, который он использует в качестве средства общения [33, С. 33]. Под «лингвистической относительностью» имеется в виду точку зрения, согласно которой «языки» как абстрактные коллективные системы знаков определяют мысли и восприятия их носителей, то есть точку зрения, согласно которой языки являются «важнейшими инструментами, с помощью которых люди конституируют и артикулируют свой мир» [34].

Относительная система отсчета использует эгоцентрическую точку зрения, говорящего для расчета пространственных отношений [20]. Считается, что в языке существует три грамматических или лексикализованных фрейма. Эти фреймы имеют разные логические свойства: внутренние и абсолютные фреймы выражают бинарное отношение между эталонным объектом и объектом-ориентиром, тогда как относительный фрейм является трюичным (включая чью-то перспективу в качестве третьего элемента); относительные и абсолютные фреймы поддерживают транзитивные и обратные выводы, а внутренний фрейм – нет. Следовательно, эти три фрейма несоизмеримы; даже несмотря на то, что конкретные высказывания могут быть переведены между фреймами и могут описывать одно и то же состояние дел, их соответствующие выводы не последуют; следовательно, любой перевод останется частичным [19].

Одновременно с этим, лингвисты признают определенные явления, которые подрывают их позицию «язык равен культурной группе»: например, они признают «языковые области», где существует структурное влияние между несвязанными языками в взаимодействующей области [20].

При этом существующие дебаты по поводу лингвистической относительности как во взглядах как ее сторонников, так и ее оппонентов все же сходятся во мнении, что язык может быть и не тождественен мышлению, но он все же вполне может оказывать на него влияние. Научный мир приходит к плюралистической модели языка, в котором учитывается как относительная автономия, так и тесное взаимодействие между тремя уровнями (лингвистического) смыслообразования: воплощенным уровнем эмпирических мотиваций, устоявшимся уровнем исторически укоренившихся лингвистических норм/конвенций и ситуативным уровнем дискурса, и расположением нормы [19].

В начале прошлого века к дискуссии о природе отношений между языком и мышлением присоединились психологи, и в настоящее время эта тема вызывает множество исследований [38].

Интерес к тому, как язык может улучшить понимание процессов, происходящих в теле во многом обусловлен растущим объемом данных, свидетельствующих об участии языковой системы в различных аспектах семантической памяти, включая, помимо прочего, ее очевидный вклад в абстрактные понятия [23]. Гай Дав делает акцент, как язык способствует метапознанию и поддерживает гибкость нашего мышления. Автор представляет новый взгляд, исследующий значимость языка на формирование абстрактных понятий в контексте гибкой, мультимодальной и многоуровневой концепции взаимосвязи разума с физическим телом и окружающей среды, т.е. воплощенного познания. В своем исследовании он иллюстрирует и сравнивает две теории, которые дают объяснения роли языка в

области когнитивной нейронауки: теории WAT (слова как социальные инструменты) и LENS (язык – это воплощенное нейроулучшение и каркас). WAT и LENS неврологически связывают влияние языковой системы на наше познание со способами, которыми язык формирует наше взаимодействие с физической и социальной средой [22].

Исследования М. Данези убедительно показывают, что мышление действительно формируется под влиянием конкретного языка (или языков), который человек выучил в детстве [21]. Существенные различия в культуре и языке позволяют определить, в каких случаях выбор языковых выражений определяется не только внешними характеристиками объектов реальности, но и внутренними структурами языковой конвенции. Чем ближе языковые и культурные системы, тем больше возможностей передать на языке перевода то, что заключено в концептуальных структурах оригинала [33, С. 39].

Таким образом, можно сказать, что адаптация метода как процесс межкультурной коммуникации вообще не возможна, если вторая культурная среда не осознана. Важно тщательно подобрать перевод слов таким образом, чтобы понятное ядро смысла, его семантический компонент, то есть их денотативная значимость, была передана максимально четко и была абстрагирована от различных смысловых оттенков (коннотаций) [9, С. 103].

В то же время эффективность EMDR при лечении травм была подтверждена большим количеством контролируемых клинических исследований как при посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР), так и в случае психологических расстройств, связанных с травмой, в том числе диссоциативных расстройств [35].

Благодаря такой очевидной эффективности, EMDR в настоящее время является признанным и рекомендуемым официальным методом лечения острой травмы и посттравматического стрессового расстройства в большинстве международных руководств, таких как: Министерства здравоохранения Великобритании, Национального руководящего комитета Нидерландов по охране психического здоровья, Американской психиатрической ассоциации, Французского национального института здравоохранения и медицинских исследований, Национального института здравоохранения и совершенствования медицинской помощи Великобритании [25].

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует данный метод в качестве лечения посттравматического стрессового расстройства [39].

Новые рекомендации Международного общества исследований травматического стресса настоятельно рекомендуют EMDR для лечения посттравматического стрессового расстройства у детей, подростков и взрослых [18].

Исследование, проведенное в 2020 году, экспертами из группы, занимающейся разработкой рекомендаций NICE (Национального института здравоохранения и совершенствования медицинской помощи Бристольского университета Великобритании) по лечению посттравматического стрессового расстройства, выявило, что EMDR-терапия оказалась наиболее экономически эффективным вмешательством среди оцененных методов, таких как: классической когнитивно-поведенческой терапии, и когнитивно-поведенческой терапии, сфокусированной на травме, самопомощи с поддержкой и без поддержки, консультирования, психообразования и СИОЗС (селективные ингибиторы обратного захвата серотонина [32].

В совсем недавнем исследовании изучалась эффективность EMDR-терапии в качестве психотерапии с помощью видеоконференций, изучая влияние лечения на основные характеристики воспоминаний о травмах, а именно, субъективные нарушения, системы убеждений, интенсивность памяти, яркость и уровень эмоциональность. Эти результаты свидетельствуют о потенциальных клинических преимуществах использования EMDR в качестве видеоконференционной психотерапии [24].

С другой стороны, результаты мета-анализа эффективности EMDR-терапии были неоднозначными: они указывают на то, что метод EMDR был более эффективен, чем альтернативные методы лечения чрезмерного возбуждения, но этот истинный эффект может варьироваться от 210% стандартного отклонения в пользу EMDR до 66% стандартного отклонения в пользу альтернативных эффективных методов лечения. Эти результаты показывают, что в среднем EMDR может быть полезным, но существует эквивалентная вероятность того, что будущие применения аналогичных образцов могут привести к результатам, которые будут расценены как значительно или категорически неэффективные [17, С. 115].

В другом мета-регрессионном анализе также был сделан вывод о том, что существует определенный риск предвзятости в отобранных статьях, которым не хватает методологического качества, чтобы их можно было экстраполировать на клиническую область, т.к. некоторые из ранних метаанализов не включали популяцию с полным диагнозом посттравматического стрессового расстройства, смешивали пациентов с травматическими воспоминаниями с пациентами с диагнозом ПТСР или включали исследования без достаточного методологического качества, поэтому размер их эффекта мог быть переоценен [36, С. 385].

В современном русскоязычном научном сообществе данный метод не освещен в полной мере. Так, на cyberleninka.ru по запросу «десенсибилизация и переработка движениями глаз» с 2023 по 2019 год находятся незначительное количество публикации, посвященных данному методу или упоминающих его в основном как эффективный метод психокоррекции и психотерапии, в том числе по научным базам: ВАК – 35, Scopus – 11, RSCI – 6, CAS – 3, ESCI – 2 и практически отсутствуют исследования на российской выборке. В настоящее время существует потребность в психофизиологических и нейробиологических исследованиях, в которых будет исследована эффективность EMDR-терапии в коррекции психоэмоциональных состояний.

Для обеспечения надежности и валидности метода в новых социокультурных средах необходимо проведение тщательных эмпирических исследований, порой соответствующих объему исходной методологии [1, С. 104]. Для четкого вывода о том, что предыдущие результаты имеют статистическую силу и внешнюю достоверность, требуются рандомизированные клинические со строгим методологическим качеством.

В частности, предстоящие исследования могут быть направлены на повторение некоторых ключевых выводов работы [35] как зрительная БЛС (билатеральная стимуляция), связанная с EMDR, смещает вегетативный баланс, о чем

свидетельствуют снижение ЧСС, проводимость кожи, а также соотношения низкочастотной и высокочастотной составляющих спектра мощности ЧСС (НЧ/ВЧ) и повышенная температура пальцев.

Электрическая активность мозга, регистрируемая с помощью электроэнцефалографа (ЭЭГ), указывает на связь между психическими состояниями и активностью мозга, предоставляя богатую информацию о деятельности центральной нервной системы. Таким образом, внимание исследователей направлено на распознавание психического состояния человека (эмоций, тревоги, стресса) на основе ЭЭГ. В сигналах ЭЭГ можно выделить несколько типов характеристик активности для определенных частот и амплитуд: Альфа (α), Тета (θ), Бета (β), Дельта (δ) и Гамма (γ) группы [28].

Исследования показывают, что стимуляция мозга во время EMDR значительно увеличивает мощность естественного низкочастотного ритма в областях памяти мозга, связывая эти области вместе и вызывая отключение рецепторов в синапсах следов воспоминаний о страхе. Это механическое изменение в следе памяти позволяет ему быть включенным в нормальную систему памяти без сильных эмоций, ранее связанных с ним [27]. Недавно проведенные исследования существенно изучили и прояснили нейробиологические механизмы, лежащие в основе EMDR. Одно плодотворное исследование, проведенное на мышах [16], описывает нейроанатомический путь и механизм действия EMDR. Второе исследование подчеркивает, что EMDR является успешной психотерапией для перезаписи травматических инграмм памяти, которые служат основой для сохранения травматических воспоминаний после кодирования опыта угрозы в мозговых цепях [31].

Также предлагается оценить и сравнить состояния возбуждения или расслабления, которые можно наблюдать по паттернам ЭЭГ. ЭЭГ измеряет электрическую активность нейронов коры головного мозга, обнаруживая колебания в различных частотных диапазонах. Первое открытое колебание известно как альфа-ритм (8–12 Гц) в состоянии расслабленного бодрствования. Этот ритм можно обнаружить, и он усиливается при закрытых глазах. Во время расслабленного бодрствования и снижения двигательной активности в сенсомоторной коре наблюдается увеличение амплитуды сенсомоторных ритмов (СМР), которые колеблются с частотой 12–15 Гц [30].

Все это служит цели создания заслуживающих доверия, действительных, но в то же время эффективных систем оценки EMDR-терапии.

Заключение

В заключении можно отметить, что успешная адаптация нового метода психотерапии требует не только тщательного избегания прямого копирования, но и глубокого понимания российской культурной специфики. Важность проведения валидации метода с учетом российского менталитета выделяется как неотъемлемый этап, обеспечивающий эффективность, релевантность и приемлемость психотерапевтического подхода для российской популяции. Этот процесс не только способствует улучшению результатов психотерапии, но и содействует повышению качества жизни тех, кто в России обращается за психологической помощью.

Результаты ранее проведенных исследований убедительно демонстрируют, что выбор языковых выражений тесно связан не только с внешними характеристиками объектов реальности, но и с внутренними структурами языковой конвенции, что делает язык неотъемлемой частью культурного опыта. Культурные и языковые различия оказывают значительное влияние на процессы межкультурной коммуникации, подчеркивая, что адаптация метода в данном контексте становится невозможной без осознания второй культурной среды. Это подчеркивает необходимость тщательного подбора перевода слов, направленного на максимально четкую передачу концептуальных структур оригинала. Таким образом, наша статья подчеркивает важность не только поверхностного сходства языковых выражений, но и глубокого понимания культурных контекстов для успешной межкультурной коммуникации. Абстрагирование от различных смысловых оттенков при переводе становится ключевым аспектом для передачи не только денотативной значимости, но и семантических компонентов, обеспечивая точное восприятие и передачу смысла в различных языковых и культурных контекстах.

В целях предотвращения и влияния риска предвзятости и недостатка методологической обоснованности в ранее проведенных работах, выявлена необходимость дополнительных эмпирических исследований для подтверждения внешней достоверности и статистической силы предыдущих результатов. Проведение дальнейших рандомизированных клинических исследований с высоким методологическим качеством, направленных на более тщательное изучение нейробиологических основ эффективности EMDR и оптимизацию параметров билатеральной стимуляции позволит расширить знания о возможностях применения данной методики в социокультурном контексте Российской Федерации и повысить ее эффективность в лечении различных психических состояний.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Сообщество рецензентов Международного научно-исследовательского журнала
DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.146.5.2>

Conflict of Interest

None declared.

Review

International Research Journal Reviewers Community
DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2024.146.5.2>

Список литературы / References

1. Болотова А. К. Настольная книга практикующего психолога : практическое пособие / А. К. Болотова. — Москва : Юрайт, 2024. — 341 с.

2. В поисках психологической помощи // Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ). — 2022. — URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psikhologicheskoi-pomoshchi> (дата обращения: 11.04.2024).
3. Дырин С. П. Российский менталитет или российская полиментальность? / С. П. Дырин // Казанский социально-гуманитарный вестник. — 2020. — № 6. — С. 24–30.
4. Лагунов А. А. Особенности российского метаэтнического менталитета: методологический эскиз / А. А. Лагунов, Е. Н. Семкина, В. Н. Ющенко // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Философия. Политология. Культурология. — 2022. — Т. 8. — № 3. — С. 14–24.
5. Морев М. В. Политическая ситуация как фактор повышения тревожности населения / М. В. Морев // Глобальные вызовы и региональное развитие в зеркале социологических измерений. — Вологда : Вологодский научный центр Российской академии наук (Вологда), 2023. — С. 14–19.
6. Мусаев М. М. Использование зарубежных моделей управления в российском менеджменте / М. М. Мусаев, А. Д. Петерсонс, И. А. Янкина // Естественно-гуманитарные исследования. — 2023. — № 45(1). — С. 409–413.
7. Назарова И. Б. Эмоциональное самочувствие россиян / И. Б. Назарова // Россия: тенденции и перспективы развития. — 2023. — № 18-1. — С. 454–457.
8. Новикова О. Н. Российский менталитет: традиционный взгляд и современная реальность / О. Н. Новикова // Цивилизационные перемены в России : материалы XIII Всероссийской научно-практической конференции. — Екатеринбург : УГЛУТУ, 2023. — С. 36–42.
9. Окунева А. Д. Язык в системе межкультурной коммуникации / А. Д. Окунева, А. З. Насиханова // Язык и межкультурная коммуникация : сборник статей XVI Международной научно-практической конференции, Астрахань, 27 февраля 2023 года. — Астрахань : Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева, 2023. — С. 102–105.
10. Семенов В. Е. Будущее России в контексте российской полиментальности / В. Е. Семенов // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. — 2009. — № 3-1. — С. 153–165.
11. Умарова С. Х. Уровни межкультурной коммуникации и межкультурные разногласия / С. Х. Умарова // Общество. — 2020. — № 4(19). — С. 83–85.
12. Хохлова О. М. Социальная тревожность в современном российском обществе / О. М. Хохлова, Ю. В. Заварзина // ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ – 2023 : Сборник статей II Международного научно-исследовательского конкурса, Петрозаводск, 20 сентября 2023 года. — Петрозаводск : Международный центр научного партнерства «Новая Наука» (ИП Ивановская И.И.), 2023. — С. 31–39.
13. Щербанева Н. Г. Становление психотерапии в России: этапы, фундаментальные основания и характеристика / Н. Г. Щербанева, В. И. Тарасов // Проблемы современного педагогического образования. — 2020. — № 67-2. — С. 359–363.
14. Юревич А. Структурные элементы национального менталитета / А. Юревич // Психологические исследования. — 2013. — Т. 6. — № 29.
15. Babaei N. DClinical Assessment of Eye Movement Desensitization and Reprocessing in Memory Distress: Protocol for a Double-Blinded Randomized Controlled Trial / N. Babaei, C. Kerry, K. Goode // JMIR Research Protocols. — 2023. — Vol. 12. — № 1. DOI: 10.2196/38552
16. Baek J. Neural circuits underlying a psychotherapeutic regimen for fear disorders / J. Baek, S. Lee, T. Cho et al. // Nature. — 2019. — Vol. 566. — № 7744. — P. 339–343.
17. Balkin R. S. Effectiveness of EMDR for decreasing symptoms of over-arousal: A meta-analysis / R. S. Balkin, A. S. Lenz, G. M. Russo et al. // Journal of Counseling & Development. — 2022. — Vol. 100. — № 2. — P. 115–122. DOI: 10.1002/jcad.12418
18. Bisson J. I. The international society for traumatic stress studies new guidelines for the prevention and treatment of posttraumatic stress disorder: Methodology and development process / J. I. Bisson, L. Berliner, M. Cloitre et al. // Journal of traumatic stress. — 2019. — Vol. 32. — № 4. — P. 475–483. DOI: 10.1002/jts.22421
19. Blomberg J. Metalinguistic relativity: Does one's ontology determine one's view on linguistic relativity? / J. Blomberg, J. Zlatev // Language & Communication. — 2021. — Vol. 76. — P. 35–46. DOI: 10.1016/j.langcom.2020.09.007
20. Brown P. Language as a model for culture: Lessons from the cognitive sciences / P. Brown. — 2020. — URL: <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781003084631-12/language-model-culture-penelope-brown> (accessed: 21.04.2024).
21. Danesi M. Linguistic relativity today: Language, mind, society, and the foundations of linguistic anthropology / M. Danesi. — New York : Routledge, 2021. — 172 p.
22. Dove G. Words have a weight: Language as a source of inner grounding and flexibility in abstract concepts / G. Dove, L. Barca, L. Tummolini et al. // Psychological Research. — 2022. — Vol. 86. — № 8. — P. 2451–2467.
23. Dove G. O. Rethinking the role of language in embodied cognition / G. O. Dove // Philosophical Transactions of the Royal Society. — 2023. — Vol. 378. — № 1870. — P. 20210375. DOI: 10.1098/rstb.2021.0375
24. Farrell D. A stage 1 pilot cohort exploring the use of EMDR therapy as a videoconference psychotherapy during COVID-19 with frontline mental health workers: A proof of concept study utilising a virtual blind 2 therapist protocol / D. Farrell, L. Knibbs, C. Matthes et al. // Frontiers in Psychology. — 2022. — Vol. 13. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.901855
25. Fingelkurts A. A. Eye movement desensitization and reprocessing for post-traumatic stress disorder from the perspective of three-dimensional model of the experiential selfhood / A. A. Fingelkurts, A. A. Fingelkurts // Medical hypotheses. — 2019. — Vol. 131. — P. 109304. DOI: 10.1016/j.mehy.2019.109304
26. Carta S. Political Passions and Jungian Psychology: Social and Political Activism in Analysis / S. Carta, E. Kiehl. — New York : Routledge, 2020. — 228 p.

27. Harper M. L. On the neural basis of EMDR therapy: Insights from qEEG studies / M. L. Harper, T. Rasolkhani-Kalhorn, J. F. Drozd // *Traumatology*. — 2009. — Vol. 15. — № 2. — P. 81–95.
28. Kamińska D. Detection of mental stress through EEG signal in virtual reality environment / D. Kamińska, K. Smółka, G. Zwoliński // *Electronics*. — 2021. — Vol. 10. — № 22. — P. 2840. DOI: 10.3390/electronics10222840
29. Kaptan S. K. Group eye movement desensitization and reprocessing interventions in adults and children: A systematic review of randomized and nonrandomized trials / S. K. Kaptan, B. O. Dursun, M. Knowles et al. // *Clinical Psychology & Psychotherapy*. — 2021. — Vol. 28. — № 4. — P. 784–806.
30. Lotfinia S. Comparing the Efficacy of Sensory Motor Rhythm and Alpha-Theta Increase Protocol of Neurofeedback Training for Generalized Anxiety Disorder / S. Lotfinia, H. Shahkaram, A. Yaseri et al. — 2023. DOI: 10.21203/rs.3.rs-3197196/v1
31. Maddox S. A. Deconstructing the gestalt: mechanisms of fear, threat, and trauma memory encoding / S. A. Maddox, J. Hartmann, R. A. Ross et al. // *Neuron*. — 2019. — Vol. 102. — № 1. — P. 60–74. DOI: 10.1016/j.neuron.2019.03.017
32. Mavranezouli I. Cost-effectiveness of psychological treatments for post-traumatic stress disorder in adults / I. Mavranezouli, O. Megnin-Viggars, N. Grey et al. // *PloS one*. — 2020. — Vol. 15. — № 4. DOI: 10.1371/journal.pone.0232245
33. Медведев Д. И. Гипотеза лингвистической относительности / Д. И. Медведев // *Время научного прогресса : сборник научных трудов по материалам X Международной научной конференции*. — Волгоград : Сфера, 2023. — С. 33–41.
34. Pablé A. Integrating linguistic relativity / A. Pablé // *Language & Communication*. — 2020. — Vol. 75. — P. 94–102. DOI: /10.1016/j.langcom.2020.09.003
35. Poli A. The integrative process promoted by EMDR in dissociative disorders: neurobiological mechanisms, psychometric tools and intervention efficacy on the psychological impact of COVID19 pandemic / A. Poli, F. Cappellini, J. Sala, M. Miccoli // *Frontiers in Psychology*. — 2023. — Vol. 14. — P. 1164527. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1164527
36. Rasines Laudes P. Efficacy of EMDR in Post-Traumatic Stress Disorder: A Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Clinical Trials / P. Rasines Laudes, I. Serrano Pintado // *Psicothema*. — 2023. — Vol. 35. — № 4. — P. 385–396. DOI: 10.7334/psicothema2022.309
37. Renteria-Uriarte X. Making worldviews work: A heuristic, a planet scan, a case and their transversal implication / X. Renteria-Uriarte // *Culture & Psychology*. — 2022. — № 30(2). — P. 431–453.
38. Tohidian I. Examining Linguistic Relativity Hypothesis as One of the Main Views on the Relationship Between Language and Thought / I. Tohidian // *Journal of Psycholinguistic Research*. — 2009. — № 38. — P. 65–74.
39. World Health Organization // *Guidelines for the Management of Conditions Specifically Related to Stress*. — 2013. — URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK159721/#specific.s32> (accessed: 11.04.2024).
40. Yan S. The effectiveness of eye movement desensitization and reprocessing toward adults with major depressive disorder: a meta-analysis of randomized controlled trials / S. Yan, Y. Shan, S. Zhong et al. // *Frontiers in Psychiatry*. — 2021. — Vol. 12. — P. 1–12. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.700458

Список литературы на английском языке / References in English

1. Bolotova A. K. *Nastol'naja kniga praktikujuschego psihologa [Handbook for a practicing psychologist] : a practical guide* / A. K. Bolotova. — Moscow : Jurajt, 2024. — 341 p. [in Russian]
2. *V poiskah psihologicheskoy pomoschi [In search of psychological help] // Vserossijskij centr izuchenija obshhestvennogo mnenija (VCIOM) [All-Russian Center for Public Opinion Research (VCIOM)]*. — 2022. — URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psihologicheskoi-pomoshchi> (accessed: 11.04.2024). [in Russian]
3. Dyrin S. P. Rossijskij mentalitet ili rossijskaja polimental'nost'? [Russian mentality or Russian polymenality?] / S. P. Dyrin // *Kazanskij social'no-gumanitarnyj vestnik [Kazan social and humanitarian bulletin]*. — 2020. — № 6. — P. 24–30. [in Russian]
4. Lagunov A. A. Osobnosti rossijskogo metaetnicheskogo mentaliteta: metodologicheskij eskiz [Features of the Russian meta-ethnic mentality: methodological sketch] / A. A. Lagunov, E. N. Semkina, V. N. Juschenko // *Uchenye zapiski Krymskogo federal'nogo universiteta imeni V. I. Vernadskogo. Filosofija. Politologija. Kul'turologija [Scientific notes of the Crimean Federal University named after VI Vernadsky. Philosophy. Political science. Cultural science]*. — 2022. — Vol. 8. — № 3. — P. 14–24. [in Russian]
5. Morev M. V. Politicheskaja situatsija kak faktor povyshenija trevozhnosti naselenija [Political situation as a factor in increasing anxiety of the population] / M. V. Morev // *Global'nye vyzovy i regional'noe razvitie v zerkale sociologicheskij izmerenij [Global challenges and regional development in the mirror of sociological dimensions]*. — Vologda : Vologodskij nauchnyj tsentr Rossijskoj akademii nauk (Vologda), 2023. — P. 14–19. [in Russian]
6. Musaev M. M. Ispol'zovanie zarubezhnyh modelej upravlenija v rossijskom menedzhmente [Use of foreign management models in Russian management] / M. M. Musaev, A. D. Petersons, I. A. Jankina // *Estestvenno-gumanitarnye issledovanija [Natural-humanitarian studies]*. — 2023. — № 45(1). — P. 409–413. [in Russian]
7. Nazarova I. B. Emotsional'noe samochuvstvie rossiyan [Emotional well-being of Russians] / I. B. Nazarova // *Rossija: tendencii i perspektivy razvitija [Russia: trends and development prospects]*. — 2023. — № 18-1. — P. 454–457. [in Russian]
8. Novikova O. N. Rossijskij mentalitet: traditsionnyj vzgljad i sovremennaja real'nost' [Russian mentality: traditional view and modern reality] / O. N. Novikova // *Civilizacionnye peremeny v Rossii [Civilizational changes in Russia] : materials of the XIII All-Russian Scientific and Practical Conference*. — Ekaterinburg : UGLTU, 2023. — P. 36–42. [in Russian]
9. Okuneva A. D. Jazyk v sisteme mezhkul'turnoj kommunikatsii [Language in the system of the intercultural communication] / A. D. Okuneva, A. Z. Nasihanova // *Jazyk i mezhkul'turnaja kommunikacija [Language and intercultural communication]*

- communication] : collection of articles of the XVI International Scientific and Practical Conference, Astrakhan, February 27, 2023. — Astrakhan' : Astrahanskij gosudarstvennyj universitet imeni V. N. Tatischeva, 2023. — P. 102–105. [in Russian]
10. Semenov V. E. Budushee Rossii v kontekste rossijskoj polimental'nosti [The future of Russia in the context of Russian polymenality] / V. E. Semenov // Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Sociologija [Bulletin of St. Petersburg University. Sociology]. — 2009. — № 3-1. — P. 153–165. [in Russian]
11. Umarova S. H. Urovni mezhkul'turnoj kommunikatsii i mezhkul'turnye raznoglasiya [Levels of intercultural communication and intercultural disagreements] / S. H. Umarova // Obshhestvo [Society]. — 2020. — № 4(19). — P. 83–85. [in Russian]
12. Hohlova O. M. Sotsial'naja trevozhnost' v sovremenom rossijskom obschestve [Social anxiety in modern Russian society] / O. M. Hohlova, Ju. V. Zavarzina // ISSLEDOVATEL'SKIJ POTENCIAL – 2023 [RESEARCH POTENTIAL – 2023] : Collection of articles II of the International Research Competition, Petrozavodsk, September 20, 2023. — Petrozavodsk : Mezhdunarodnyj tsentr nauchnogo partnerstva «Novaja Nauka» (IP Ivanovskaja I.I.), 2023. — P. 31–39. [in Russian]
13. Scherbaneva N. G. Stanovlenie psihoterapii v Rossii: etapy, fundamental'nye osnovaniya i harakteristika [The formation of psychotherapy in Russia: stages, fundamental foundations and characteristics] / N. G. Scherbaneva, V. I. Tarasov // Problemy sovremennoogo pedagogicheskogo obrazovaniya [Problems of modern pedagogical education]. — 2020. — № 67-2. — P. 359–363. [in Russian]
14. Jurevich A. Strukturnye elementy natsional'nogo mentaliteta [structural elements of the national mentality] / A. Jurevich // Psihologicheskie issledovaniya [Psychological research]. — 2013. — Vol. 6. — № 29. [in Russian]
15. Babaei N. D.Clinical Assessment of Eye Movement Desensitization and Reprocessing in Memory Distress: Protocol for a Double-Blinded Randomized Controlled Trial / N. Babaei, C. Kerry, K. Goode // JMIR Research Protocols. — 2023. — Vol. 12. — № 1. DOI: 10.2196/38552
16. Baek J. Neural circuits underlying a psychotherapeutic regimen for fear disorders / J. Baek, S. Lee, T. Cho et al. // Nature. — 2019. — Vol. 566. — № 7744. — P. 339–343.
17. Balkin R. S. Effectiveness of EMDR for decreasing symptoms of over-arousal: A meta-analysis / R. S. Balkin, A. S. Lenz, G. M. Russo et al. // Journal of Counseling & Development. — 2022. — Vol. 100. — № 2. — P. 115–122. DOI: 10.1002/jcad.12418
18. Bisson J. I. The international society for traumatic stress studies new guidelines for the prevention and treatment of posttraumatic stress disorder: Methodology and development process / J. I. Bisson, L. Berliner, M. Cloitre et al. // Journal of traumatic stress. — 2019. — Vol. 32. — № 4. — P. 475–483. DOI: 10.1002/jts.22421
19. Blomberg J. Metalinguistic relativity: Does one's ontology determine one's view on linguistic relativity? / J. Blomberg, J. Zlatev // Language & Communication. — 2021. — Vol. 76. — P. 35–46. DOI: 10.1016/j.langcom.2020.09.007
20. Brown P. Language as a model for culture: Lessons from the cognitive sciences / P. Brown. — 2020. — URL: <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781003084631-12/language-model-culture-penelope-brown> (accessed: 21.04.2024).
21. Danesi M. Linguistic relativity today: Language, mind, society, and the foundations of linguistic anthropology / M. Danesi. — New York : Routledge, 2021. — 172 p.
22. Dove G. Words have a weight: Language as a source of inner grounding and flexibility in abstract concepts / G. Dove, L. Barca, L. Tummolini et al. // Psychological Research. — 2022. — Vol. 86. — № 8. — P. 2451–2467.
23. Dove G. O. Rethinking the role of language in embodied cognition / G. O. Dove // Philosophical Transactions of the Royal Society. — 2023. — Vol. 378. — № 1870. — P. 20210375. DOI: 10.1098/rstb.2021.0375
24. Farrell D. A stage 1 pilot cohort exploring the use of EMDR therapy as a videoconference psychotherapy during COVID-19 with frontline mental health workers: A proof of concept study utilising a virtual blind 2 therapist protocol / D. Farrell, L. Knibbs, C. Matthes et al. // Frontiers in Psychology. — 2022. — Vol. 13. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.901855
25. Fingelkurts A. A. Eye movement desensitization and reprocessing for post-traumatic stress disorder from the perspective of three-dimensional model of the experiential selfhood / A. A. Fingelkurts, A. A. Fingelkurts // Medical hypotheses. — 2019. — Vol. 131. — P. 109304. DOI: 10.1016/j.mehy.2019.109304
26. Carta S. Political Passions and Jungian Psychology: Social and Political Activism in Analysis / S. Carta, E. Kiehl. — New York : Routledge, 2020. — 228 p.
27. Harper M. L. On the neural basis of EMDR therapy: Insights from qEEG studies / M. L. Harper, T. Rasolkhani-Kalhorn, J. F. Drozd // Traumatology. — 2009. — Vol. 15. — № 2. — P. 81–95.
28. Kamińska D. Detection of mental stress through EEG signal in virtual reality environment / D. Kamińska, K. Smółka, G. Zwoliński // Electronics. — 2021. — Vol. 10. — № 22. — P. 2840. DOI: 10.3390/electronics10222840
29. Kaptan S. K. Group eye movement desensitization and reprocessing interventions in adults and children: A systematic review of randomized and nonrandomized trials / S. K. Kaptan, B. O. Dursun, M. Knowles et al. // Clinical Psychology & Psychotherapy. — 2021. — Vol. 28. — № 4. — P. 784–806.
30. Lotfinia S. Comparing the Efficacy of Sensory Motor Rhythm and Alpha-Theta Increase Protocol of Neurofeedback Training for Generalized Anxiety Disorder / S. Lotfinia, H. Shahkaram, A. Yaseri et al. — 2023. DOI: 10.21203/rs.3.rs-3197196/v1
31. Maddox S. A. Deconstructing the gestalt: mechanisms of fear, threat, and trauma memory encoding / S. A. Maddox, J. Hartmann, R. A. Ross et al. // Neuron. — 2019. — Vol. 102. — № 1. — P. 60–74. DOI: 10.1016/j.neuron.2019.03.017
32. Mavranzouli I. Cost-effectiveness of psychological treatments for post-traumatic stress disorder in adults / I. Mavranzouli, O. Megnin-Viggars, N. Grey et al. // PloS one. — 2020. — Vol. 15. — № 4. DOI: 10.1371/journal.pone.0232245

33. Medvedev D. I. Gipoteza lingvisticheskoj odnositel'nosti [Hypothesis of linguistic relativity] / D. I. Medvedev // Vremja nauchnogo progressa [Time of scientific progress] : collection of scientific papers based on the materials of the X International Scientific Conference. — Volgograd : Sfera, 2023. — P. 33–41. [in Russian]
34. Pablé A. Integrating linguistic relativity / A. Pablé // Language & Communication. — 2020. — Vol. 75. — P. 94–102. DOI: /10.1016/j.langcom.2020.09.003
35. Poli A. The integrative process promoted by EMDR in dissociative disorders: neurobiological mechanisms, psychometric tools and intervention efficacy on the psychological impact of COVID19 pandemic / A. Poli, F. Cappellini, J. Sala, M. Miccoli // Frontiers in Psychology. — 2023. — Vol. 14. — P. 1164527. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1164527
36. Rasines Laudes P. Efficacy of EMDR in Post-Traumatic Stress Disorder: A Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Clinical Trials / P. Rasines Laudes, I. Serrano Pintado // Psicothema. — 2023. — Vol. 35. — № 4. — P. 385–396. DOI: 10.7334/psicothema2022.309
37. Renteria-Uriarte X. Making worldviews work: A heuristic, a planet scan, a case and their transversal implication / X. Renteria-Uriarte // Culture & Psychology. — 2022. — № 30(2). — P. 431–453.
38. Tohidian I. Examining Linguistic Relativity Hypothesis as One of the Main Views on the Relationship Between Language and Thought / I. Tohidian // Journal of Psycholinguistic Research. — 2009. — № 38. — P. 65–74.
39. World Health Organization // Guidelines for the Management of Conditions Specifically Related to Stress. — 2013. — URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK159721/#specific.s32> (accessed: 11.04.2024).
40. Yan S. The effectiveness of eye movement desensitization and reprocessing toward adults with major depressive disorder: a meta-analysis of randomized controlled trials / S. Yan, Y. Shan, S. Zhong et al. // Frontiers in Psychiatry. — 2021. — Vol. 12. — P. 1–12. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.700458