

УДК 101.1:316

DOI: 10.18384/2310-7227-2020-1-33-39

## ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ ЛЮДЕЙ, ПОДВЕРГШИХСЯ ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЕ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

**Костров Г. Л.**

*Московский государственный областной университет*

*141014, Московская обл., г. Мытищи, ул. Веры Волошиной, д. 24, Российская Федерация*

### **Аннотация.**

**Проблемы** адаптации людей, которые подверглись психической травме, сложно рассматривать в едином ракурсе, поскольку уровень полученного воздействия и влияющие факторы могут быть абсолютно разными.

**Целью** статьи является изучение различных подходов к реабилитации людей, получивших психическую травму.

**Процедура и методы исследования.** В работе использована процедура научного познания и методология исторического научного анализа, способствующего формированию единой позиции по рассматриваемому вопросу.

**Результаты проведённого исследования.** В статье предпринята попытка определить общетеоретические подходы к рассматриваемой проблеме. Комплексное исследование, проведённое в рамках статьи, даёт возможность сформировать общенаучное представление об особенностях адаптации в работах российских и зарубежных авторов, что, в свою очередь, позволяет рассматривать данную проблему в практико-ориентированном формате в дальнейшем.

**Теоретическая и / или практическая значимость.** В контексте теоретической значимости статья может быть интересна широкому кругу исследователей, поскольку в рамках исследования синтезированы различные точки зрения на рассматриваемую проблему. Адаптация людей, переживших психическую травму, может быть эффективной исключительно при разносторонних методах воздействия. Психотерапевтические средства являются эффективным методом, позволяющим снизить эмоциональную напряжённость лиц, переживших психическую травму.

**Ключевые слова:** психическая травма, шок, адаптация, коррекция, стресс, психосоматика

## PROBLEMS OF ADAPTATION OF PEOPLE SUBJECTED TO MENTAL TRAUMA: THEORETICAL ASPECT

**G. Kostrov**

*Moscow Region State University*

*24 Veri Voloshinoy ul., Mytischki 141014, Moscow region, Russian Federation*

### **Abstract.**

It is difficult to consider the problems of adaptation of people who have undergone mental trauma in a single perspective because the level of impact and influencing factors can be completely different.

**Purpose.** The purpose of the article is to study different approaches to the rehabilitation of people who have received mental trauma.

**Methodology and Approach.** The paper uses the procedure of scientific cognition and methodology of historical scientific analysis, contributing to the formation of a unified position on the issue.

**Results.** The article attempts to define General theoretical approaches to the problem under consideration. The complex research carried out in the framework of the article makes it possible to form a

General scientific idea about the peculiarities of adaptation in the works of Russian and foreign authors, which in turn allows us to consider this problem in a practice-oriented format in the future.

**Theoretical and / or Practical Value.** In the context of theoretical significance, the article is of particular interest, since the study synthesized different points of view on the problem under consideration. Adaptation of people who have experienced mental trauma can be effective only with versatile methods of influence. Psychotherapeutic agents are an effective method to reduce the emotional tension of survivors of mental trauma.

**Keywords:** mental trauma, shock, adaptation, correction, stress, psychosomatics

## ВВЕДЕНИЕ

Обращаясь к самому понятию «психическая травма», следует отметить, что оно было введено в научное поле в конце XIX века Эмилем Крепелиным. В его издании «Введение в психиатрическую клинику» были описаны случаи практики сопровождения психосоматических состояний пациентов, переживших состояния глубокого стресса, не имеющих физических повреждений и являющихся свидетелями трагических событий. «За последние десятилетия выяснилось, что не только после тяжёлых, но и после совсем незначительных несчастных случаев, иногда даже без того, чтобы имело место поранение, могут остаться постоянные, даже с течением времени усиливающиеся расстройства, которые, в общем, представляют из себя смесь подавленности, плаксивости и слабости с неприятными ощущениями, болями и расстройством движений. Головные боли, чувство головокружения, слабость, дрожание, напряжённость мышц, неуверенность движений..., расстройства походки, необычные неприятные ощущения и боли всякого рода мешают ему постоянно... Настроение подавленное, плаксивое или угрюмое, раздражённое. К сильному напряжению воли больные не способны, очень быстро устают при всяком задании, малодушно прекращают свои попытки после безуспешных усилий» [6].

Следует отметить, что процесс рассмотрения психической травмы исторически проходил в разных научных форматах. Клинические практики подкреплялись психологическими обоснованиями, к которым следует отнести работы Ж. М. Шарко

и Ж. Брейера, теорию Фрейда, которым была создана первая психоаналитическая теория травмы [14].

История вопроса от Эмиля Крепелина и Зигмунда Фрейда до работ современных исследователей систематизирована в работе доктора психологических наук ректора Восточно-Европейского института психоанализа М. М. Решетникова. Автором представлены методы диагностики и описаны симптомы посттравматических расстройств. Особое место в книге уделено адаптации и коррекции расстройств, связанных с психической травмой. «Никакая терапия не делает человека счастливым... Всё, что мы можем – только устранить препятствия и помочь: вначале обрести душевное равновесие, а затем почувствовать опору под ногами для следующего шага – к полноценной жизни. И даже это малое мы можем только в том случае, если сумеем понять пациента»<sup>1</sup>.

Сам термин «психологическая травма» по-разному трактуется современными учёными, в зависимости от симптоматики, психотравмирующих факторов и прочих аспектов. Сегодня существует более десяти различных дефиниций термина «психологическая травма», и, как справедливо отмечает Петрова Е. А., «в подходах к пониманию психотравмы, её проявлений и её влияния на личность существует множество противоречий, к тому же ни в одной из предложенных концепций не рассматривается взаимосвязь симптомов психотравмы, последствий влияния на личность

<sup>1</sup> Решетников М. М. Психическая травма: учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / М. М. Решетников. 2-е изд. Москва: Изд-во Юрайт, 2018. 200 с. (Авторский учебник).

и возраста получения психотравмы» [11, с. 90].

В современных исследованиях можно выделить работу Трубицыной Л.В. Она, как медицинский психолог, исследует феномен переживания травмирующего события: смерти и угрозы потери близкого человека, сильного унижения, болезни, ситуации «краха», «провала», утраты всех надежд. Травма – не что-то исключительное, она встречается в жизни практически любого человека. Автор указывает на единый целостный процесс со своими закономерностями и этапами развития. Отдельные разделы посвящены особенностям детского восприятия и современным методам психологической помощи [13].

Патологические изменения личности, происходящие под воздействием психотравмы, на протяжении веков привлекали внимание как широких слоёв общества, так и специалистов–психиатров. Условия проявления личностных изменений находят определённое отражение и в современном противоречивом периоде нашего отечественного развития с его постоянно расширяющимися формами социальной приемлемости и в регламентированной, и в обыденной жизни, в которой рамки так называемой психической нормы представляются весьма аморфными и дискуссионными.

### **АНАЛИТИЧЕСКИЙ ОБЗОР РАЗЛИЧНЫХ ПОДХОДОВ К РЕАБИЛИТАЦИИ ЛЮДЕЙ, ПОЛУЧИВШИХ ПСИХИЧЕСКУЮ ТРАВМУ**

Личностная патология, ставшая следствием психической травмы, занимает особое место в силу того, что ежедневная психологическая и медицинская практика требует систематизации знаний о личностных аномалиях, возникших под влиянием стрессогенных условий. Отмечено, что социальные институты любого общества либо способствуют гармонизации личности, либо усиливают конституционально-типологическую дефицитарность<sup>1</sup> [5].

<sup>1</sup> См. об этом: Становление и организация духовно ориентированной психотерапии патологических

Личное восприятие психотравмирующего события проявляется по-разному и сублимируется исключительно индивидуально. Понятие быть психически здоровым или психически больным в разных культурах предполагает констатацию различного психического статуса человека. Более того, даже в одной стране, но в разные исторические периоды, сопровождающиеся смелой общественным менталитетом, понятие о психической норме и патологии меняется. Анализ многочисленных исследований, посвящённых поиску маркёров «нормального поведения», позволяет выделить ряд подходов к решению этого вопроса: статистический, адаптационный, психопатологический и гуманистический [9].

Исходя из того, что психическая травма может быть выражена сугубо индивидуально и являться следствием личностных проблем отдельной личности нельзя не учитывать также массовость проявлений психотравмирующих событий. Современное общество, с появлением и развитием информатизации, претерпело множество изменений, наиболее масштабных в истории человечества, сравнимыми с появлением языка, колеса, письменности. Произошедшие изменения привели к уменьшению физической нагрузки и значительному повышению психической нагрузки на человека. Наряду с технической эволюцией мы наблюдаем нарастание угроз техногенного порядка, кроме того, существует проблема массовых расстройств под влиянием трагических событий, связанных с терроризмом, смертельными болезнями и прочими проблемами современного общества. Огромный поток отрицательной и противоречивой информации, необходимость самореализации в жёстких конкурентных условиях, возрастающий темп жизни создают выраженный психический стресс, в условиях которого происходит жизнедеятельность человека.

зависимостей: учебное пособие / Г. И. Григорьев [и др.]; под ред. Г. И. Григорьева. СПб.: Междунар. ин-т резервных возможностей человека, 2007. 263 с.

В силу агрессивного воздействия окружающей среды следует отличать посттравматическое состояние от кризисного и экстремального состояний, первое из которых сопровождается «высокой интенсивностью негативно окрашенных переживаний, часто описываемых как чувство «тупика» и «безысходности», а второе – «временным дисбалансом психики, не позволяющим человеку функционировать, привлекая привычные алгоритмы принятия решений... с утратой личностной идентичности и жизненных ориентиров» [15].

Ганс Селье<sup>1</sup> отметил, что даже незначительная социальная угроза или предполагаемое будущее событие может запустить каскад физиологических реакций на стресс и стать причиной психической травмы. Современный мир беспощаден и постоянно включает эти реакции. В результате функциональные резервы организма и психики постепенно, но неотвратимо снижаются, и развиваются усталость, нарушения состояния здоровья и психические зависимости. При этом природа берёт своё, и в ответ на стресс организм всегда автоматически готовится справиться с экстремной ситуацией и мобилизует все свои ресурсы. Важную роль при этом играют личностные усилия в сохранении психического здоровья в процессе адаптации [7].

Рассматривая процесс адаптации человека, подвергшегося психической травме, следует учитывать важность личностного потенциала и возможности каждого индивидуума. Помимо естественной, заложенной природой саморегуляции (поведение или физиологические процессы), существует психофизическая саморегуляция (ПСП), которая известна человечеству с давних времён. Она находится на стыке физиологии, нейрофизиологии, биологии и психологии – научные исследования в этих областях науки проводились ещё с

XIX в. Смысл её – управление своей деятельностью в сложных для человека ситуациях посредством правильного настроения и активной регуляции произвольных и непроизвольных психофизиологических функций с помощью специальных методик<sup>2</sup>.

Теоретические положения И. М. Сеченова о рефлекторной природе психической деятельности человека были убедительно подтверждены в многочисленных экспериментальных исследованиях И. П. Павлова и его учеников [4]. Изучая высшую нервную деятельность человека, И. П. Павлов пришёл к выводу, что в результате умственной деятельности человека и его жизненного опыта слово приобретает такие связи с внешними и внутренними раздражителями, что способно заменять импульсы, приходящие от них в большие полушария. Поэтому слово может вызвать те действия и реакции организма, которые обусловлены этими раздражителями, то есть оно вызывает типичнейший условный рефлекс [10].

Исследования И. П. Павлова были особенно важны для создания научного подхода к психофизической саморегуляции человека (ПСП). Он предложил и обосновал материалистическую базу для изучения внушения и саморегуляции [10]. Научные исследования ПСП в Западной Европе начались в середине XIX в. Эмиль Куэ, французский фармацевт и психолог, в начале XX в. разработал методику психотерапии и личностного роста с элементами психофизической саморегуляции. Он подчёркивал особую роль позитивной мысли в изменении поведения [8].

Профессор Алиев Х., автор одной из известных методик саморегуляции [1], определил, что, «научившись сознательной саморегуляции, мы можем снимать у себя стресс по своему желанию, переводя в критический момент наш внутренний «автопилот» в режим «ручного управления». Основой саморегуляции является дости-

<sup>1</sup> См.: Селье Г. Когда стресс не приносит горя / Неизвестные силы в нас [Перевод]: Линдеман Х. Система психофизического саморегулирования // Селье Г. Когда стресс не приносит горя.. М.: МНПП «РЭНАР»; [Минск]: ЦК О-ва Красного Креста России, 1992. 160 с.

<sup>2</sup> Шойфет М. С. Психофизическая саморегуляция: большой современный практикум. М.: Вече, 2010. 319 с.

жение внутреннего комфорта, приобретение устойчивости и психологической гармонии.

Рассматривая практические аспекты адаптации, можно отметить некоторые формы, которые активно используются в коррекционной практике. В конце 1980-х гг. в Международном институте резервных возможностей человека (МИРВЧ) начали применять метод психофизической саморегуляции, направленный на изменение отношения к стрессу и самопомощь в экстренных ситуациях. Метод применялся для реабилитации людей, переживших психотравмирующее событие. На занятиях применяется психотерапевтический метод с элементами дыхательной гимнастики по методу Бутейко и мышечная релаксация по Джекобсону. Дозировка дыхания способствует достижению состояния внутреннего покоя и расслабления, что является условием достижения психотерапевтического эффекта [3].

По мнению ряда специалистов, травма, лежащая в основе нарушения, является интенсивным переживанием, которое не может абсорбироваться (поглотиться) и метаболизироваться (до конца проработаться) психикой без квалифицированной психотерапевтической помощи [2; 12; 13; 15]<sup>1</sup>.

Метод духовно ориентированной психотерапии патологических зависимостей в форме церковного зарока, разработанный в Международном институте резервных возможностей человека под руководством профессора Г. И. Григорьева, содержит элементы психофизической саморегуляции, в основе которой лежит концепция психологического «ключа» эмоциональной памяти (система «манков» К. С. Станиславского) [5]<sup>2</sup>, позволяющая найти для современно-

го человека пути и методы использования энергии стресса в созидательных целях, которые возможно применять на регулярной основе без существенных временных затрат. Смысл саморегуляции – обучение человека управлять своей психической деятельностью в сложных для него периодах жизни посредством правильного настроения и активной регуляции произвольных психофизиологических функций (дыхания, сердечной деятельности, мышечной активности и пр.).

Особую актуальность сегодня приобретает проблема практического применения этих методов. В основе методики Г. И. Григорьева [5]<sup>3</sup>, к слову, лежит переход от негативного (страх, тревога и пр.) психического состояния к позитивному (радость, покой, уверенность, работоспособность) независимо от времени, места и положения тела. Как следствие этого, появляется возможность регулировать в некоторой степени отдельные произвольные физиологические процессы. «Ключ», по Григорьеву, даёт возможность пациенту самостоятельно быстро менять своё психическое состояние, настроение, повышать результативность деятельности, а также регулировать некоторые произвольные физиологические процессы, например сон. Сегодня метод применяется регулярно и позволяет обратившимся на лечение изменить направление движения от болезни к здоровью, от саморазрушения к самоактуализации, помогает людям, подвергшимся психической травме, начать двигаться к полюсу психологического благополучия и впоследствии жить полноценной во всех отношениях жизнью за счёт активации внутренних резервных возможностей организма.

<sup>1</sup> См. об этом также: Решетников М. М. Психическая травма: учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / 2-е изд. Москва: Изд-во Юрайт, 2018. 200 с. (Авторский учебник).

<sup>2</sup> См. об этом также: Становление и организация духовно ориентированной психотерапии патологических зависимостей: учебное пособие / Г. И. Григорьев [и др.]; под ред. Г. И. Григорьева. СПб.: Междунар. ин-т резервных возможностей человека, 2007. 263 с.

<sup>3</sup> См. также: Становление и организация духовно ориентированной психотерапии патологических зависимостей: учебное пособие / Г. И. Григорьев [и др.]; под ред. Г. И. Григорьева. СПб.: Междунар. ин-т резервных возможностей человека, 2007. 263 с.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе анализа теоретических исследований следует отметить, что развитие условий и особенностей адаптации людей, переживших психическую травму, имеет высокий уровень междисциплинарной разработанности в трудах российских и зарубежных учёных. Проблема адаптации не может быть решена без индивидуализации подхода к личности. Формирование коррекционной методики должно опираться

на исследование и понимание внутренних процессов переживания пациента. В работе рассмотрены некоторые подходы к адаптации, которые применяются на практике. В основу реализованного терапевтического подхода к адаптации людей, подвергшихся психической травме, должна быть положена личностно-ориентированная (реконструктивная) психотерапия.

*Статья поступила в редакцию 01.11.19.*

## ЛИТЕРАТУРА

1. Алиев Х. М. Ключ к себе. М.: Молодая гвардия, 1990. 223 с.
2. Боев И. В. Пограничная аномальная личность. Ставрополь: Изд-во Ставропольского государственного университета, 1999. 364 с.
3. Концептуальные основы метода стрессопсихотерапии по А. Р. Довженко / Буль П. И., Григорьев Г. И., Мизерене Р. В., Зверев В. Ф., Кузнецов О. Н., Кузнецов Л. П., Советная Н. В., Славитский А. И. [и др.]. // Вестник психотерапии: научно-практический журнал. Санкт-Петербург: Международный институт резервных возможностей человека. 2004. №11 (16). С. 95–101.
4. Григорьев А. И., Григорьян Н. А. Патриарх русской физиологии. К 175- летию со дня рождения И. М. Сеченова // Вестник Российской академии наук, 2004. Т. 74, №7. С. 633–643.
5. Григорьев Г. И. Грех как аддиктивное поведение: богословские основания и медико-психологический опыт исследования: монография. Санкт-Петербург: Русская христианская гуманитарная акад., Международный институт резервных возможностей человека, 2014. 468 с.
6. Крепелин Э. Введение в психиатрическую клинику / Пер. с 3-го перераб. и знач. доп. нем. изд.; под ред. [и с предисл.] проф. П. Ганнушкина; Народный комиссариат здравоохранения. М.: [б. и.], 1923. 458 с.
7. Кузнецова Д. В., Мильчакова В. А. Проблема психофизической саморегуляции: современные концепции и их физиологические механизмы // Вестник психотерапии. 2018. №67. С. 66–91.
8. Куэ Э. Сознательное самовнушение как путь к господству над собой: методы, техники, практика / авторизованный пер. с фр. и предисл. Мих. Кадиша. М.: Амрита-Русь, 2011. 122 с.
9. Нечипоренко В. В., Лыткин В. М. Расстройства личности: прежние проблемы, новые подходы. СПб.: Первая Академическая типография «Наука», 2014. 280 с.
10. Павлов И. П. Лекции о работе больших полушарий головного мозга. Л.: Акад. наук СССР, 1949. 483 с.
11. Петрова Е. А. Феномен психотравмы: теоретический аспект // Вестник Новгородского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. 2013. №74. Т. 2. С. 89–91.
12. Платонов К. И. Слово как физиологический и лечебный фактор: Вопросы теории и практики психотерапии на основе учения И. П. Павлова. 3-е изд., с некоторыми доп. и изм. М.: Медгиз, 1962. 532 с.
13. Трубицына Л. В. Процесс травмы. М.: Смысл, 2005. 218 с. (Сер. Теория и практика психологической помощи).
14. Фрейд З. Я и Оно / Пер. с нем. В. Ф. Полянского, под ред. А. А. Франковского. Л.: Academia, 1924. 64 с.
15. Цымбал А. В., Карпова Э. Б. Дискуссионные вопросы психодиагностики экстремальных и кризисных состояний // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2015. Т. 8. №1. С. 34–42.

## REFERENCES

1. Aliev Kh. M. *Klyuch k sebe* [The Key to Yourself]. Moscow, *Molodaya gvardiya* Publ., 1990. 223 p.
2. Boev I. V. *Pogranichnaya anomal'naya lichnost'* [Borderline Anomalous Personality]. Stavropol, Stavropol State University Publ., 1999. 362 p.
3. Bul' P. I., Grigor'ev G. I., Mizerene R. V., Zverev V. F., Kuznetsov O. N., Kuznetsov L. P. et al. [The conceptual basis of the method of stress-psychotherapy by A. R. Dovzhenko]. In: *Vestnik psikhoterapii: nauchno-prakticheskii zhurnal* [Journal of Psychotherapy: Scientific and Practical Journal] St. Petersburg: *Mezhdunarodnyi institut rezervnykh vozmozhnostei cheloveka* Publ., 2004, no. 11 (16), pp. 95–101.

4. Grigor'ev A. I., Grigor'yana N. A. [The Patriarch of Russian physiology. To the 175th anniversary of the birthday of I. M. Sechenov]. In: *Vestnik Rossiiskoi akademii nauk* [Bulletin of the Russian Academy of Sciences], 2004. Vol. 74, no. 7, pp. 633–643.
5. Grigor'ev G. I. *Grekh kak additivnoe povedenie: bogoslovskie osnovaniya i mediko-psikhologicheskii opyt issledovaniya: monografiya* [Sin as an addictive behaviour: theological foundations and psychological research experience: a monograph]. St. Petersburg: Russian Christian Humanitarian Academy, *Mezhdunarodnyi institut rezervnykh vozmozhnostei cheloveka* Publ., 2014. 468 p.
6. Kraepelin E. *Einführung in die psychiatrische Klinik* (Russ. ed.: Prof. P. Gannushkin, transl. *Vvedenie v psikiatricheskuyu kliniku* [Introduction to psychiatric clinic]. Translated from the 3rd revised and significantly enlarged German edition. *Narodnyi komissariat zdravookhraneniya* Moscow, 1923. 458 p.).
7. Kuznetsova D.V., Mil'chakova V.A. [The problem of psychophysical self-regulation: modern concepts and their physiological mechanisms]. In: *Vestnik psikhoterapii* [Bulletin of Psychotherapy], 2018, no. 67, pp. 66–91.
8. Coué E. *L'auto-suggestion consciente comme voie de domination sur soi-même: méthodes, techniques, pratiques* (Russ. ed.: Kadish Mikh. *Soznatel'noe samovnushenie kak put' k gospodstvu nad soboi: metody, tekhniki, praktika* [Conscious self-hypnosis as a way to dominate: methods, techniques, practice]. Authorized transl. from French. and Foreword by M. Kadish. Moscow, *Amrita-Rus'* Publ., 2011. 122 p.).
9. Nechiporenko V. V., Lytkin V. M. *Rasstroistva lichnosti: prezhnie problemy, novye podkhody* [Personality disorders: old problems, new approaches]. St. Petersburg, *Pervaya Akademicheskaya tipografiya «Nauka»* Publ., 2014. 280 p.
10. Pavlov I. P. *Lektsii o rabote bol'shikh polusharii golovnogo mozga* [Lectures on the work of the big hemispheres of the brain]. Leningrad: Academy of Sciences of the USSR Publ., 1949. 483 p.
11. Petrova E. A. [The phenomenon of psychological trauma: theoretical aspect]. In: *Vestnik Novgorodskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya* [Bulletin of Novgorod State University. Series: Pedagogy. Psychology], 2013, no. 74. Vol. 2, pp. 89–91.
12. Platonov K. I. *Slovo kak fiziologicheskii i lechebnyi faktor: Voprosy teorii i praktiki psikhoterapii na osnovе ucheniya I. P. Pavlova*. [The word as a physiological and therapeutic factor: the theory and practice of psychotherapy based on the teachings of I. P. Pavlov]. 3rd edition, with some additions and changes. Moscow, *Medgiz* Publ., 1962. 532 p.
13. Trubitsyna L.V. *Protseess travmy* [Traumatizing]. M.: *Smysl* Publ., 2005. 218 p. (Series: Theory and practice of psychological help).
14. Freud, S. *Ich und Es* (Russ. ed.: Frankovsky A. A., Polyansky V. F., transl. *Ya i Ono*. Transl. from the Deutsch by V. F. Polyansky, ed. by A. A. Frankovsky. Leningrad, *Academia* Publ., 1924. 64 p.).
15. Tsymbal A. V., Karpova E. B. [Debatable issues of diagnostics of extreme and critical conditions]. In: *Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psikhologiya* [Bulletin of the South Ural State University. Series: Psychology]. 2015. Vol. 8, no. 1, pp. 34–42.

#### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Костров Геннадий Леонидович – аспирант кафедры философии Московского государственного областного университета;

e-mail: gkostrov@mi.university

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Gennadiy L. Kostrov – postgraduate student at the Department of Philosophy, Moscow Region State University;

e-mail: gkostrov@mi.university

#### ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ

Костров Г. Л. Проблемы адаптации людей, подвергшихся психической травме: теоретический аспект // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Философские науки. 2020. №1. С. 33–39.

DOI: 10.18384/2310-7227-2020-1-33-39

#### FOR CITATION

Kostrov G. L. Problems of Adaptation of People Subjected to Mental Trauma: Theoretical Aspect // *Bulletin of Moscow Region State University. Series: Philosophy*, 2020, no. 1, pp. 33–39.

DOI: 10.18384/2310-7227-2020-1-33-39