

## Важные информационные ресурсы, касающиеся шоковой травмы

---

Методики: SE® („соматическое переживание“), TRE® („релиз травматического опыта“), EMDR (ДПДГ), SSP (протокол звука и безопасности), Поливагальная теория, (NARM® нейрон-эффективная модель отношений)

Авторы: Стивен Порджес, Бессел Ван дер Колк, Питер Левин, Дэвид Берсели, (Лоурэнс Хеллер)

Поливагальная теория доктора Стивена Порджеса

<https://www.stephenporges.com/>

TRE (Tension and Trauma Releasing Exercises®)-релиз травматического опыта Дэвид Берселли

<https://traumaprevention.com/>

Книга

<https://traumaprevention.com/store/the-revolutionary-trauma-release-process-book-by-david-berceli/>

Видео

<https://traumaprevention.com/store/the-revolutionary-trauma-release-process/>

SE (Somatic Experiencing®)-соматическое переживание Питер Левин

<https://www.somaticexperiencing.com/>

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332195/9789289055062-rus.pdf>

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332184/9789289054614-eng.pdf>

EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) ДПДГ

SSP (Save and Sound Protocol) Протокол звука и безопасности

Книга „Тело помнит все: какую роль психологическая травма играет в жизни человека“

На английском: <https://www.amazon.com/dp/0143127748/>

[ref=cm\\_sw\\_em\\_r\\_mt\\_dp\\_nxjtFb2QZA5Y6](https://www.amazon.com/dp/0143127748/?ref=cm_sw_em_r_mt_dp_nxjtFb2QZA5Y6)

На русском: <https://www.ozon.ru/context/detail/id/168184246/>

Книга о травме развития. Несмотря на то, что она не про шоковую травму, она может быть очень полезной.

NARM (Neuro Effective Relational Model®) Нейро-эффективная модель отношений

[https://www.amazon.com/dp/1583944893/ref=cm\\_sw\\_em\\_r\\_mt\\_dp\\_FpjtFbC298EXB](https://www.amazon.com/dp/1583944893/ref=cm_sw_em_r_mt_dp_FpjtFbC298EXB)

Книга 1 Гопаля Норберта Кляйна

<https://www.traumaheilung.net/downloads/ru/Исцеление-взаимоотношений-I-Гопал-Норберт-Клайн.pdf>

Контакт

ANNA: [ashanaeva@gmx.de](mailto:ashanaeva@gmx.de) (русский, английский, немецкий)