

Θα μπορούσε, άραγε, η Νευροεπιστήμη, και πιο συγκεκριμένα η Διαπροσωπική Νευροβιολογία, να διασαφηνίσει τους ιδιαίτερους τρόπους με τους οποίους οι ομαδικές διεργασίες αλληλεπιδρούν με τον εγκέφαλο και ενισχύουν τη φυσική του ανάπτυξη και τις επανορθωτικές του διεργασίες; Το βιβλίο αυτό συγκεντρώνει το έργο δώδεκα σύγχρονων ομαδικών θεραπευτών και εξειδικευμένων κλινικών που διερευνούν αυτή τη δυνατότητα, εφαρμόζοντας τις αρχές της Διαπροσωπικής Νευροβιολογίας (ΔΝ) σε μία ποικιλία προσεγγίσεων της ομαδικής ψυχοθεραπείας, καθώς και σε ομάδες βιωματικής μάθησης. Το γεγονός ότι η Διαπροσωπική Νευροβιολογία εστιάζει στον τρόπο που τα ανθρώπινα όντα, μέσω των αλληλεπιδράσεών τους, διαμορφώνουν το ένα τον εγκέφαλο του άλλου, καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους, την καθιστά μία πολύ γόνιμη προσέγγιση για όλους εμάς που επιχειρούμε να δημιουργήσουμε ομάδες θεραπείας, εντός των οποίων τα άτομα θα μπορέσουν, μέσω της αλληλεπίδρασής τους, να κατανοήσουν και να μετασχηματίσουν τις βαθύτερες δομές του νου τους, καθώς και τα πρότυπα που ακολουθούν στις σχέσεις τους. Η ομάδα αποτελεί ένα μοναδικό περιβάλλον που έχει την ικανότητα να πυροδοτεί, να ενισχύει, να εμπεριέχει και να παρέχει συνήχηση σε μία ευρεία κλίμακα ανθρώπινων εμπειριών, δημιουργώντας έτσι τις απαραίτητες συνθήκες για την αλλαγή του εγκεφάλου.

Η ομαδική ψυχοθεραπεία υπήρξε σημαντική μέθοδος θεραπείας για πολλά χρόνια, με μακρά ιστορία που εκτείνεται πίσω στον Bion (1959) και τον Freud. Η μεγάλη ανάγκη για ψυχολογική υποστήριξη κατά τη διάρκεια του Β΄ Παγκόσμιου πολέμου οδήγησε σε αύξηση του ενδιαφέροντος για την ομαδική θεραπεία. Παραδόξως, σήμερα, το ενδιαφέρον για την ομαδική ψυχοθεραπεία έχει κάπως μειωθεί, πάρα τις μελέτες που δείχνουν ότι η ομαδική ψυχοθεραπεία είναι εξίσου αποτελεσματική με την ατομική θεραπεία (Burlingame, MacKenzie & Strauss, 2004) και παρά τη μεγάλη έλλειψη

πόρων στον τομέα της ψυχικής υγείας. Είναι πιθανόν, η εξοικείωση με τις αρχές της Διαπροσωπικής Νευροβιολογίας να μας βοηθήσει, ως συντονιστές ομάδων, να αποκτήσουμε μία πιο στέρεη βάση για το έργο μας, έτσι ώστε να προσεγγίσουμε τις ομάδες μας με μεγαλύτερη επίγνωση σχετικά με το πώς μπορούμε να εμπεριέχουμε τα μέλη της ομάδας, καθώς και με το πώς να αναπτύξουμε τις δυνατότητές τους να υποστηρίξουν τις νευροβιολογικές αλλαγές που χαρακτηρίζουν τις πιο «ώριμες» και «πλούσιες» σχέσεις. Ελπίζουμε ότι το βιβλίο αυτό θα ενθαρρύνει μια τέτοιου είδους αλλαγή. Η εμπειρία μας λέει ότι όσο πιο πολύ εμβαθύνουμε στην κατανόηση των διεργασιών του εγκεφάλου τόσο αυξάνει η βιωμένη αίσθηση της *σταθερότητας*, δηλαδή της γνώσης τού πού βρισκόμαστε εμείς και τα μέλη της ομάδας μας, ενώ παράλληλα διευρύνεται η ικανότητά μας για *μη επικριτική εμπερίεξη και κράτημα* – δύο βασικά συστατικά του συντονισμού ομάδων.

Ενώ η ομαδική ψυχοθεραπεία έχει μακρά ιστορία, η Διαπροσωπική Νευροβιολογία είναι ένα σχετικά νέο επιστημονικά τεκμηριωμένο πεδίο, που προέκυψε από το γόνιμο έργο του Daniel Siegel (1999, 2012), του Allan Schore (1994, 2012), του Louis Cozolino (2006, 2010) και άλλων. Οι πρωτοπόροι αυτοί επιστήμονες συνέδεσαν την τεράστια έρευνα, σχετικά με τις λειτουργίες του εγκεφάλου, με το διαπροσωπικό πεδίο, εξετάζοντας τον τρόπο με τον οποίο οι σχέσεις επηρεάζουν τη λειτουργία και τη δομή του εγκεφάλου. Στο βιβλίο αυτό κάνουμε το επόμενο βήμα: Εξετάζουμε πώς οι διεργασίες αυτές εκτυλίσσονται σε πραγματικό χρόνο μέσα στις ομάδες μας.

Μπορούμε να κατανοήσουμε τα πλεονεκτήματα της Διαπροσωπικής Νευροβιολογίας από δύο σκοπές. Κατ' αρχάς, η απόκτηση γνώσης στη Διαπροσωπική Νευροβιολογία επιτρέπει στους ομαδικούς θεραπευτές να προσφέρουν σύντομες εξηγήσεις στους ασθενείς σχετικά με τις λειτουργίες του εγκεφάλου που σχετίζονται με τα προβλήματα ή τα συμπτώματά τους, και οι οποίες μπορεί να τους απαλλάξουν από την ντροπή και να φυσιολογικοποιήσουν τις εμπειρίες τους. Έτσι, οι θεραπευτές είναι σε θέση να παρέχουν ένα επιπλέον «κράτημα», ενώ παράλληλα αρχίζουν να αναπτύσσονται οι πιο μακροπρόθεσμες διαδικασίες που εμπλέκονται στη θεραπεία. Η κατανόηση των σημαντικών διαφορών μεταξύ των μεθόδων που στοχεύουν σε «χημικές» αλλαγές (για παράδειγμα, η φαρμακευτική αγωγή) και της ψυχοθεραπευτικής μεθόδου, που στοχεύει στον μετασχηματισμό των κυκλωμάτων του εγκεφάλου, μπορεί να βοηθήσει τους ασθενείς να κατανοήσουν τις διαφορές της ψυχοθεραπείας από άλλους τρόπους

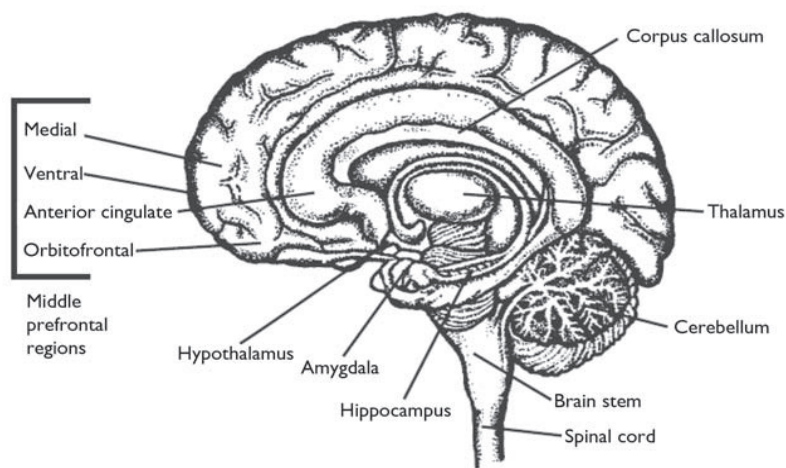
παρέμβασης, καθώς και το γεγονός ότι μπορεί συχνά να λειτουργήσει συνδυαστικά με αυτούς. Κατά τον ίδιο τρόπο, η κατανόηση της διαπροσωπικής φύσης της ανάπτυξης του εγκεφάλου και του ρόλου της στην ασθένεια, την ίαση και την αποκατάσταση βοηθά, επίσης, να γίνουν πιο διακριτές οι διαφορές μεταξύ ομαδικής και ατομικής θεραπείας, και να κατανοηθεί το γεγονός ότι σε πολλές περιπτώσεις η πρώτη μπορεί να αποτελεί μία πιο δραστική και ορθολογική επιλογή.

Παράλληλα με την ψυχοεκπαιδευτική υποστήριξη που προσφέρει, η Διαπροσωπική Νευροβιολογία υποδεικνύει, επίσης, τους πλέον αποτελεσματικούς τρόπους να *υπάρχουμε* στις ομάδες που συντονίζουμε. Καθώς κατανοούμε βαθύτερα τη διαπροσωπική φύση της αλλαγής και της διαρκούς ανάπτυξης του εγκεφάλου, μπορούμε να εκμεταλλευτούμε τη γνώση που έχουμε αποκτήσει γύρω από τους κατοπρικούς νευρώνες και τα κυκλώματα συνήκησης (Iacoboni, 2008), το αυτόνομο νευρικό σύστημα (Porges, 2009 a, b), τον κοινωνικό νου (Badenoch, 2008· Cozolino, 2006· Siegel, 2007) και τη σημασία της επικοινωνίας των δεξιών εγκεφαλικών ημισφαιρίων για την ανάπτυξη κυκλωμάτων ρύθμισης συναισθήματος (Schoore, 2012), προκειμένου να βρούμε ταυτόχρονα τρόπους για να συντονίσουμε την ομάδα και να είμαστε παρόντες μέσα σε αυτήν.

Συνοπτικά, ο κοινωνικός εγκέφαλος αποτελείται από τη μεταιχμιακή περιοχή και τη διασύνδεσή της με τον μέσο προμετωπιαίο φλοιό. Η μεταιχμιακή περιοχή αναφέρεται συχνά ως ο συναισθηματικός εγκέφαλος και τα συστατικά της στοιχεία είναι η αμυγδαλή (ο χώρος της άδηλης μνήμης και της γρήγορης αξιολόγησης της ασφάλειας ή του κινδύνου), ο ιππόκαμπος (ο τόπος διαμόρφωσης της έκδηλης μνήμης, σημαντικός για ορισμένα εγχειρήματα ανάκτησης μνήμης) και ο υποθάλαμος (ο ρυθμιστής του νευροενδοκρινικού συστήματος μαζί με την υπόφυση). Ο μέσος προμετωπιαίος φλοιός αποτελείται από τον μεσαίο, τον κοιλιακό και τον κογχομετωπιαίο φλοιό (κυκλώματα που εμπλέκονται στην προσκόλληση, τη ρύθμιση, την προσλαμβανόμενη αίσθηση του εαυτού στην προσωπική μας ιστορία και τη συνολική απαρτίωση του εγκεφάλου) και συνεργάζεται με τον πρόσθιο φλοιό (που μέσω της εστίασης της προσοχής παίζει κεντρικό ρόλο στη ρύθμιση και στον συντονισμό της γνωστικής με τη συναισθηματική εμπειρία). Εν συντομία, όταν η σύνδεση μεταξύ αυτών των δύο περιοχών είναι ισχυρή, αναπτύσσουμε πολλές ικανότητες, συμπεριλαμβανομένης της ρύθμισης συναισθήματος, της συντονισμένης επικοινωνίας, της ευέλικτης

αντίδρασης, της ενσυναίσθησης, της αυτόνομης ρύθμισης, και ακόμη μεγαλύτερης πιθανότητας για ηθική συμπεριφορά. Δίχως αυτές τις συνδέσεις, οι παραπάνω ικανότητες μειώνονται, επηρεάζοντας έντονα τη δυνατότητά μας να δημιουργούμε και να διατηρούμε «ζεστές» και σταθερές σχέσεις. Το ιστορικό της πρώιμης προσκόλλησής μας διαμορφώνει την αρχική «καλωδίωση» αυτών των περιοχών, τόσο της καθημιάς ξεχωριστά όσο και εκείνης μεταξύ τους. Όταν έχουμε αντιμετωπίσει σοβαρές δυσκολίες στις πρώιμες σχέσεις μας, η ομάδα μπορεί να προσφέρει ένα «πλούσιο» διαπροσωπικό πλαίσιο που έχει τη μοναδική ικανότητα να παρέχει τις κατάλληλες συνθήκες για την αποκατάσταση της άδηλης μνήμης και των πρώιμων προσκολλησέων μας, δημιουργώντας μια σταθερή νευρωνική σύνδεση μεταξύ του μέσου προμετωπιαίου και του πρόσθιου φλοιού.

Η Εικόνα που ακολουθεί (Εικόνα 1) απεικονίζει τα δομικά στοιχεία του εγκεφάλου που αναφέραμε και τη γειτνίασή τους. Μπορεί να χρησιμεύσει ως οπτική αναφορά κατά την περιγραφή αυτών των συστημάτων του εγκεφάλου στα κεφάλαια που ακολουθούν.



Art by Ron Estrine

Εικόνα 1. *Medial*=Μεσαίος φλοιός, *Ventral*=Κοιλιακός φλοιός, *Anterior Cingulate*=Πρόσθιος φλοιός, *Orbitofrontal*=Κογχομετωπιαίος φλοιός, *Middle Prefrontal regions*=Μέσες προμετωπιαίες περιοχές, *Hypothalamus*=Υποθάλαμος, *Amygdala*=Αμυγδαλή, *Hippocampus*=Ιππόκαμπος, *Brain stem*=Εγκεφαλικό στέλεχος, *Spinal cord*=Νωτιαίος μυελός, *Cerebellum*=Παρεγκεφαλίδα,

Τα κεφάλαια που περιλαμβάνονται στον τόμο αυτόν εισάγουν και αναδεικνύουν τη θεωρητική και ερευνητική βιβλιογραφία υπό το πρίσμα της Διαπροσωπικής Νευροβιολογίας, επικεντρώνοντας στις καινούργιες γνώσεις που έχουμε αποκτήσει για την πλαστικότητα του εγκεφάλου, τους κατοπρικούς νευρώνες, το αυτόνομο νευρικό σύστημα, την άδηνλη και έκδηνλη μνήμη, τη ρύθμιση συναισθήματος και τη σχέση μεταξύ προσκόλλησης και ανάπτυξης του εγκεφάλου. Με αυτή τη γνώση ως βάση, οι συγγραφείς πραγματεύονται το θεραπευτικό έργο με ποικίλα είδη ομάδων από την οπτική της Διαπροσωπικής Νευροβιολογίας. Για παράδειγμα, αναφέρονται στο πώς η ΣυστημοΚεντρική Θεραπεία δημιουργεί ένα πλούσιο νευροβιολογικό κλίμα που προωθεί την απαρτίωση· πώς οι ομάδες παιδιών μπορούν να συμβάλουν στην αισθησιοκινητική, ψυχολογική και διαπροσωπική ανάπτυξη· πώς η χρήση του θεωρητικού πλαισίου της Διαπροσωπικής Νευροβιολογίας μπορεί να βοηθήσει τις ομάδες ζευγαριών να αποκτήσουν μια πιο σταθερή διαπροσωπική ρύθμιση· και πώς οι ομάδες βιωματικής μάθησης μπορούν να μετασχηματίσουν την άδηνλη μνήμη.

Το πρώτο κεφάλαιο, **Η Διαπροσωπική Νευροβιολογία στην Ομαδική Ψυχοθεραπεία** των Bonnie Badenoch και Paul Cox, εστιάζει στη Διαπροσωπική Νευροβιολογία και τη σημασία της για την ομαδική θεραπεία. Περιγράφει κάποια σημεία-κλειδιά για την κατανόηση του εγκεφάλου, όπως η φύση της άδηνλης, της έκδηνλης και της αυτοβιογραφικής μνήμης, η ομάδα ως πηγή ρύθμισης (κάνοντας μία σύντομη αναφορά στους κατοπρικούς νευρώνες) και οι τέσσερις τομείς της νευρωνικής απαρτίωσης. Προσφέρει, επίσης, κλινικά παραδείγματα συνεδριών ομαδικής θεραπείας, όπου η κατανόηση αυτή έχει επηρεάσει τόσο τον ομαδικό θεραπευτή όσο και την ομαδική διαδικασία.

Ακολουθεί ένας σύντομος σχολιασμός του κεφαλαίου των Badenoch και Cox από τον Daniel Siegel, με τίτλο «Σκέψεις σχετικά με τον νου, τον εγκέφαλο και τις σχέσεις στην ομαδική ψυχοθεραπεία». Ο συγγραφέας αναδεικνύει τον νου, τον εγκέφαλο και τη συμπεριφορά ως μείζονες πτυχές της ανθρώπινης εμπειρίας, που παίζουν κομβικό ρόλο στη διαδικασία της αλλαγής. Προτείνει τη χρήση της εστίασης της προσοχής ως μέθοδο διέγερσης νέων μορφών νευρωνικής δραστηριότητας, που μπορούν να κάνουν την ομάδα να βιώσει εμπειρίες στο «εδώ και τώρα», και που προάγουν τον μετασχηματισμό αυξάνοντας τη νευρωνική απαρτίωση. Πρόκειται για έναν από τους τρόπους που η Διαπροσωπική Νευροβιολογία μπορεί να

λειτουργήσει υποστηρικτικά στη φυσική τάση των μελών της ομάδας για μεγαλύτερη συνοχή και αρμονία μεταξύ των νευρωνικών δικτύων τους.

Ακολουθεί το κεφάλαιο του Victor Schermer, με τίτλο **Κατοπτρικοί Νευρώνες: Η εμπλοκή τους στην Ομαδική Ψυχοθεραπεία**. Ο συγγραφέας συνοψίζει την έρευνα για τους κατοπτρικούς νευρώνες και πραγματεύεται τις πιθανές εφαρμογές της σχετικής έρευνας στην ομαδική ψυχοθεραπεία. Πιο συγκεκριμένα, θεωρεί ότι οι κατοπτρικοί νευρώνες αποδεικνύουν την κεντρικότητα των σχέσεων, μία θέση που εδώ και καιρό εκφράζουν οι ομαδικοί θεραπευτές, και συνδέει τη γνώση περί κατοπτρικών νευρώνων με την αντίληψη της ομάδας-ως-όλον. Από αυτή την επιβεβαίωση της κοινωνικής φύσης της αντίληψης, συζητά και διερευνά τις συνέπειες για τους ομαδικούς θεραπευτές και την εκπαίδευση των συντονιστών των ομάδων.

Ο Philip Flores, στο τρίτο κεφάλαιο με τίτλο **Ομαδική Ψυχοθεραπεία και Νευροπλαστικότητα: Attachment Theory**, αναφέρεται σε μερικές μελέτες απεικόνισης εγκεφάλου που έχουν εντοπίσει μεταβολές στον εγκέφαλο ασθενών σε διαδικασία ψυχοθεραπείας, και επισημαίνει ορισμένα κεντρικά σημεία της θεωρίας του δεσμού που αφορούν τους ομαδικούς θεραπευτές. Έχοντας θέσει αυτές τις βάσεις, ο Flores στη συνέχεια επισημαίνει κάποια κεντρικά ευρήματα της νευροβιολογικής έρευνας και προτείνει πέντε βασικούς παράγοντες που επιδρούν στη νευροπλαστικότητα του εγκεφάλου κατά την ομαδική θεραπεία.

Στο τέταρτο κεφάλαιο, **ΣυστημοΚεντρική εκπαίδευση (Systems Centered Training, SCT) και Διαπροσωπική Νευροβιολογία: Ομαδικός νους και Λειτουργική Υποομάδα (Functional Subgrouping)**, η Susan Gantt και η Yvonne Agazarian εισάγουν τη ΣυστημοΚεντρική έννοια του «ομαδικού νου», που συνδέει τη ΣυστημοΚεντρική σκέψη με τη Διαπροσωπική Νευροβιολογία μέσω της ΣυστημοΚεντρικής μεθόδου της λειτουργικής υποομάδας. Η τελευταία αποτελεί μία ομαδική μέθοδο για την επίλυση συγκρούσεων, που ενισχύει την ικανότητα διάκρισης και ενσωμάτωσης των διαφορών προς όφελος της ανάπτυξης. Οι συγγραφείς πραγματεύονται τη λειτουργική υποομάδα από τη σκοπιά της Διαπροσωπικής Νευροβιολογίας, ως ένα εργαλείο για την ανάπτυξη του ομαδικού νου, εστιάζοντας στη δυνατότητα της πρώτης να συμβάλλει στη ρύθμιση συναισθήματος, τη δημιουργία ενός ασφαλούς σχεσιακού πλαισίου και την ενίσχυση της νευ-

Στο πέμπτο κεφάλαιο, **Ομαδική Ψυχοθεραπεία και ζευγάρια: Συζυγικό πάθος και νεοφλοιός**, ο Don Ferguson περιγράφει μία πρακτική εφαρμογή της νευροβιολογικής έρευνας σε ομάδες ζευγαριών, αντλώντας στοιχεία από τη δουλειά θεραπευτών ζευγαριών που έχουν εφαρμόσει τα ευρήματα της νευροβιολογίας στο θεραπευτικό τους έργο. Αυτό το μοντέλο ομαδικής θεραπείας ζευγαριών περιλαμβάνει μία ψυχοεκπαίδευση για το πώς λειτουργεί ο ανθρώπινος εγκέφαλος, την οποία χρησιμοποιεί στην προσπάθεια διαχείρισης των προκλήσεων που παρουσιάζει στις σχέσεις ο «ερπετοειδής εγκέφαλος» (reptilian brain) και εισάγει ένα μοντέλο ομαδικής θεραπείας ζευγαριών οκτώ συνεδριών.

Στο έκτο κεφάλαιο, **Ομαδική ΑισθησιοΚινητική Ψυχοθεραπεία με παιδιά και εφήβους**, οι Bonnie Mark-Goldstein και Pat Ogden προσφέρουν μία επισκόπηση της εφαρμογής των αρχών της Διαπροσωπικής Νευροβιολογίας στην αισθησιοκινητική θεραπεία με παιδιά. Τα παραδείγματα που αναφέρονται εδώ είναι αρκετά κατατοπιστικά και προσφέρουν μία εικόνα για το πώς λειτουργούν οι ομάδες αυτές, και ιδιαίτερα για το πώς η ικανότητα για «holding» (κράτημα) των συντονιστών καλλιεργεί την αίσθηση ασφάλειας που χρειάζονται τα παιδιά για να μπορέσουν να αλλάξουν.

Ο Mitchel Adler, στο έβδομο κεφάλαιο με τίτλο **«Πείνα και λαχτάρα»: Ένα αναπτυξιακό μοντέλο ρύθμισης και διερεύνησης των πυρηνικών αναγκών στις σχέσεις**, παρουσιάζει το δικό του ομαδικό μοντέλο. Ο Adler εστιάζει στη ρυθμιστική λειτουργία της ομάδας, όσον αφορά τη διαχείριση ζητημάτων που άπτονται της πυρηνικής επιθυμίας μας για σύνδεση, η οποία πηγάζει από τη μεταιχμιακή περιοχή του εγκεφάλου. Συγκεκριμένα, παρουσιάζει ένα μοντέλο οκτώ σταδίων που έχει επεξεργαστεί για τη διαχείριση των σχεσιακών ζητημάτων που ανακύπτουν στην ομαδική ψυχοθεραπεία, το οποίο χρησιμοποιεί την οπτική της Διαπροσωπικής Νευροβιολογίας σε εναρμόνιση με τη ρυθμιστική λειτουργία του συντονιστή και της ίδιας της ομάδας.

Στο όγδοο κεφάλαιο, με τίτλο **Ομαδική Ψυχοθεραπεία και ζευγάρι: Συζυγική ανισορροπία και νευροψυχοφυσιολογική δυσλειτουργία**, οι Gloria Batkin Kahn και Darryl Feldman παρουσιάζουν το δικό τους μοντέλο εργασίας με ζευγάρια. Αντλώντας στοιχεία από τη νευροβιολογία της θεωρίας του δεσμού, περιγράφουν πώς χρησιμοποιούν ξεχωριστές ομάδες θεραπείας υποστηρικτικά και συνεπικουρικά στη θεραπεία ζεύγους, προκειμένου να βοηθήσουν και τους δύο συζύγους στη νευροψυχοφυσιολογική τους ρύθμιση, ώστε να ενισχυθεί η οικειότητα και η σταθερότητα του γάμου.

Το βιβλίο αυτό ολοκληρώνεται με το ένατο και τελευταίο κεφάλαιο, με τίτλο **Ομαδική ψυχοθεραπευτική εκπαίδευση επαγγελματιών στο άδηλο**, το οποίο κινείται πέρα από τα όρια της ομαδικής θεραπείας, καθώς αναφέρεται σε μία ομάδα βιωματικής μάθησης, όπου η Bonnie Badenoch εφαρμόζει σε ένα εκπαιδευτικό πλαίσιο τη γνώση της για την ομαδική διεργασία και τη Διαπροσωπική Νευροβιολογία. Τα «πλούσια» παραδείγματα που περιλαμβάνονται εδώ εστιάζουν στον τρόπο που ο συντονιστής διαμορφώνει την ομάδα, και η ομάδα διαμορφώνει τον συντονιστή, σε έναν εν εξελίξει «χορό» που δυνητικά μπορεί να οδηγήσει σε έναν άδηλο μετασχηματισμό.

Βιβλιογραφία

- Badenoch, B. (2008). *Being A Brain-wise Therapist: A Practical Guide to Interpersonal Neurobiology*. Νέα Υόρκη: Norton.
- Burlingame, G. M., MacKenzie, K. R. & Strauss, B. (2004). Small group treatment: evidence for effectiveness and mechanisms of change. Στο: M. Lambert (επιμ.), *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change* (5η έκδοση) (σσ. 647-696). Νέα Υόρκη: Wiley.
- Bion, W. R. (1959). *Experiences In Groups*. Λονδίνο: Tavistock.
- Cozolino, L. (2006). *The Neuroscience of Human Relationships: Attachment and the Developing Social Brain*. Νέα Υόρκη: Norton.
- Cozolino, L. (2010). *The Neuroscience of Psychotherapy: Healing the Social Brain* (2η έκδοση). Νέα Υόρκη: Norton.
- Iacoboni, M. (2008). *Mirroring People: The New Science of How We Connect With Others*. Νέα Υόρκη: Farrar, Straus & Giroux.
- Porges, S. W. (2009a). The polyvagal theory: new insights into adaptive reactions of the autonomic nervous system. *Cleveland Clinic Journal of Medicine*, 76, 86-90.
- Porges, S. W. (2009b). Stress and parasympathetic control. Στο: L. R. Squire (επιμ.), *Encyclopedia of Neuroscience*, Vol. 9 (σσ. 463-469). Οξφόρδη: Academic Press.
- Schore, A. N. (1994). *Affect Regulation and the Origin of the Self: The Neurobiology of Emotional Development*. Χίλντεϊλ: Lawrence Erlbaum.
- Schore, A. N. (2012). *The Science of the Art of Psychotherapy*. Νέα Υόρκη: Norton.
- Siegel, D. J. (1999). *The Developing Mind: Toward a Neurobiology of Interpersonal Experience*. Νέα Υόρκη: Guilford.
- Siegel, D. J. (2007). *The Mindful Brain*. Νέα Υόρκη: Norton.
- Siegel, D. J. (2012). *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are* (2η έκδοση). Νέα Υόρκη: Guilford.