

# Содержание

<b>ВСТУПЛЕНИЕ .....</b>	<b>11</b>
<b>Глава 1. СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ДИАГНОСТИКЕ И КЛАССИФИКАЦИИ РАССТРОЙСТВ НАСТРОЕНИЯ.</b>	<b>19</b>
<b>Глава 2. МАНИАКАЛЬНО-ДЕПРЕССИВНЫЙ ПСИХОЗ .....</b>	<b>27</b>
<b>2.1. Тимический компонент.....</b>	<b>28</b>
<b>2.2. Идеаторный компонент .....</b>	<b>31</b>
<b>2.3. Моторно-волевой компонент .....</b>	<b>35</b>
<b>2.4. Смешанные состояния .....</b>	<b>36</b>
<b>Глава 3. ЦИКЛОТИМИЯ .....</b>	<b>39</b>
<b>Глава 4. ДИСТИМИИ .....</b>	<b>43</b>
<b>4.1. Соматизированная дистимия.....</b>	<b>45</b>
<b>4.2. Кататимическая дистимия .....</b>	<b>45</b>
<b>4.3. Характерологическая дистимия .....</b>	<b>46</b>
<b>Глава 5. НЕВРОТИЧЕСКАЯ ДЕПРЕССИЯ .....</b>	<b>47</b>
<b>Глава 6. ПСИХОГЕННЫЕ ДЕПРЕССИВНЫЕ РЕАКЦИИ .....</b>	<b>51</b>
<b>Глава 7. ОРГАНИЧЕСКИЕ И СОМАТОГЕННЫЕ ДЕПРЕССИИ .....</b>	<b>57</b>
<b>7.1. Органические депрессии .....</b>	<b>58</b>
<i>Депрессии при атеросклерозе .....</i>	<i>58</i>
<i>Постинсультные депрессии.....</i>	<i>59</i>
<i>Депрессии при ревматизме и системных заболеваниях соединительной ткани.....</i>	<i>60</i>
<i>Депрессии при болезни Паркинсона .....</i>	<i>60</i>

<i>Депрессии в отдаленном периоде черепно-мозговых травм</i> .....	60
<i>Депрессии при атрофических заболеваниях головного мозга</i> .....	61
<b>7.2. Соматогенные депрессии</b> .....	61
<i>Депрессии при гипотиреозе</i> .....	61
<i>Депрессии при хроническом гепатите</i> .....	62
<i>Депрессии при сахарном диабете</i> .....	62
<i>Депрессии при алкоголизме</i> .....	63
<i>Депрессии при СПИДе</i> .....	64
<i>Депрессии при почечной недостаточности</i> .....	64
<i>Депрессии при заболеваниях желудочно-кишечного тракта</i> .....	64
<b>7.3. Атипичная депрессия</b> .....	65
<b>7.4. Соматизированные депрессии</b> .....	66
<i>Историческая эволюция понятия соматизированной депрессии</i> .....	66
<i>Клинические проявления соматизированной депрессии</i> .....	67
<i>Возрастная зависимость соматизированной депрессии</i> .....	68
<i>Диагностические признаки соматизированной депрессии</i> .....	69
<b>7.5. Вегетативная депрессия</b> .....	71
<i>Клиническая картина</i> .....	71
<i>Виды нарушений сна</i> .....	72
<i>Вегетативные нарушения</i> .....	73
<i>Псевдокардиологические симптомы</i> .....	74
<i>Диспептические симптомы</i> .....	75
<i>Кожные симптомы</i> .....	75
<i>Нарушения аппетита</i> .....	75
<i>Предменструальный синдром</i> .....	76
<i>Алгический (болево́й) синдром</i> .....	76

Глава 8. <b>ДЕПРЕССИИ У ЖЕНЩИН РЕПРОДУКТИВНОГО ВОЗРАСТА</b> .....	<b>83</b>
8.1. Предменструальные дисфории .....	84
8.2. Послеродовые депрессии .....	84
8.3. Причины послеродовой депрессии.....	87
8.4. Депрессия отцов .....	92
8.5. Особенности помощи при послеродовой депрессии .....	93
Глава 9. <b>ДЕПРЕССИЯ И СУИЦИД</b> .....	<b>99</b>
9.1. Определение суицида .....	114
9.2. Кто, когда и почему? .....	119
9.3. Диагностический инструментарий .....	129
9.4. Разные лица самоубийц.....	136
9.5. Суицид и эвтаназия .....	154
"Доктор Смерть".....	158
9.6. Типологии самоубийств .....	161
Эгоистические самоубийства.....	161
Альтруистические самоубийства .....	161
Аномичные самоубийства .....	162
9.7. Детский и подростковый суицид .....	165
9.8. Типологии детско-подросткового суицида .	170
<b>Типология Е. М. Вроно, Н. А. Ратиновой</b> .....	171
Демонстративно-шантажные суициды с агрессивным компонентом .....	171
Демонстративно-шантажные суициды с манипулятивной мотивацией .....	173
Суициды с мотивацией самоустранения.....	174
<b>Типология А. Е. Личко и А. А. Александрова</b> .....	176
Аффективный суицид .....	176
Демонстративное суицидальное поведение .....	178

Истинное суицидальное поведение .....	178
<b>Типология Н. М. Иовчук и А. А. Северного</b> .....	179
Парасуицидальное поведение .....	179
Импульсивные суицидальные попытки .....	180
Обдуманное суицидальное поведение .....	180
<b>Типология Л. В. Трегубова и И.О. Вагина</b> .....	181
Подражательный суицид .....	181
Самоубийства по типу «философской интоксикации сознания» .....	182
Ритуальное самоубийство .....	183
<b>9.9. Экономический кризис и суицид</b> .....	184
<b>9.10. Аутоагрессия</b> .....	187
<b>9.11. Предотвращение суицида</b> .....	194
<b>9.12. "Зачеркнуть бы всю жизнь, да по-новой начать"</b> .....	195
<b>Глава 10. ПСИХОТЕРАПИЯ ДЕПРЕССИЙ</b> .....	<b>201</b>
<b>10.1. "Издалека, долго течет река Волга..."</b> .....	205
<b>10.2. Истоки депрессии, или "Куда уходит детство"</b> .....	207
<b>10.3. Никто меня не любит (так, как я)</b> .....	216
<b>10.4. "Смотрюсь в себя как в зеркало"</b> .....	218
<b>10.5. "Кто победит в войне с самим собою?"</b> .....	222
<b>10.6. Никому не нужные неудачники</b> .....	231
<b>10.7. "Скажи мне, что ты чувствуешь, и я пойму, кто я"</b> .....	235
<b>10.8. Надежные, серьезные, разочаровавшиеся</b> ..	237
<b>10.9. "За это можно все отдать..."</b> .....	239
<b>10.10. "Ничто не вечно под Луной"</b> .....	242

<b>10.11. "А не спеть ли мне песню о любви..." (Скорбь о том, чего никогда не было и не получалось).</b>	<b>245</b>
<i>Терапевтические отношения с депрессивным клиентом</i> .....	247
<b>10.12. "От разума к духу!" (Гуманистическое направление психотерапии)</b> .....	251
<b>10.13. Рождение нового смысла</b> .....	256
<b>10.14. "Жизнь как смертельная болезнь, передающаяся половым путем"</b> .....	257
<i>Техника «жизненного отрезка»</i> .....	266
<i>Техника «лимит жизни»</i> .....	266
<b>10.15. "Откроем двери — и свобода нас встретит радостно у входа! (Просьба не путать вход с выходом)"</b> .....	267
<b>10.16. "Выхожу один я на дорогу..."</b> .....	272
<b>10.17. "Есть только миг, за него и держись"</b> .....	276
<b>10.18. "О чем болит душа моя?"</b> .....	279
<i>Упражнение «Отождествление с симптомом»</i> .....	282
<i>Упражнение «Осознавание внутреннего диалога»</i> ....	286
<i>Упражнение «Осознавание внутреннего критика»</i> .....	287
<i>Упражнение «Осознавание и трансформация чувства вины»</i> .....	288
<i>Упражнение «Слушание наоборот»</i> .....	290
<b>10.19. "Все бежали, и я бежал..."</b> .....	291
<b>10.20. "Я лучше знаю, чего ты хочешь"</b> .....	295
<b>10.21. "Возьми себя в руки!"</b> .....	301
<b>10.22. "Его Величество Само Совершенство"</b> .....	306
<b>10.23. "По ком звонит колокол"</b> .....	308

10.24. "Обжегшись на молоке, дуешь на воду" ....	311
10.25. "Кто людям помогает, тот тратит время зря" .....	316
10.26. "Друзей моих прекрасные черты.." .....	320
10.27. "Если я заболею..." .....	321
10.28. "Хорошее дело браком не назовут" .....	325
10.29. "Ты изменила мне два раза — не хочу, сказала ты..." .....	329
10.30. "Это судьба!" .....	336
10.31. Сны о "чем-то большем...". Клиническое применение гипноза в психотерапии депрессий .....	347
10.32. Поведи свое поведение (бихевиористская концепция депрессии) .....	358
<i>Как не стать беспомощным в кризисе</i> .....	361
<i>Хотелось как лучше, а получилось как всегда (Как мы объясняем себе наши неудачи)</i> .....	365
10.33. Так вот ты какая — мысль шальная, или "Думай, что думаешь" (когнитивно- поведенческая психотерапия депрессии) ...	369
<i>Три всадника депрессивного Апокалипсиса</i> .....	384
<i>Лабиринты печали и мысли по кругу вдоль стен тоски (структура депрессивного мышления)</i> .....	386
<i>Fatal error</i> .....	390
<i>Снимите старые очки</i> .....	408
<i>Как мы снова оказались в ж... жутком кризисе?</i> .....	413
10.34. "Где ты, где ты, белая карета?" (Медикаментозное лечение) .....	419
ТЦА.....	420
Ингибиторы МАО.....	421

<b>10.35. "Утоли мои печали" (нефармакологическая терапия</b> .....	428
Светотерапия.....	430
Депривация сна (лишение сна).....	431
Электросудорожная терапия (ЭСТ).....	433
Физические упражнения в комплексной терапии депрессии .....	433
Мышечная релаксация. Как научиться расслабляться? .....	437

## **ПРИЛОЖЕНИЕ..... 445**

<b>Клинические тесты.....</b>	446
<b>Опросник депрессии Бека (Beck Depression Inventory) .</b>	446
<b>Шкала депрессии .....</b>	450
<b>Шкала безнадёжности Бека (Hopelessness Scale, Beck et al. 1974) .....</b>	452
<b>Шкала суицидальных мыслей Бека (Scale for Suicide Ideations - SSI) .....</b>	455
<b>Шкала депрессии Бека. Текст подростковой версии .</b>	459
<b>Шкала тревоги Бека (англ. The Beck Anxiety Inventory, сокр. BAI) .....</b>	462
<b>«ШКАЛА ДИСФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ» КАК МЕТОД ИССЛЕДОВАНИЯ КОГНИТИВНЫХ ИСКАЖЕНИЙ .....</b>	464
<b>Шкала депрессии Гамильтона .....</b>	486
<b>Шкала Монтгомери-Асберг .....</b>	493
<b>Шкала самооценки депрессии Цунга .....</b>	499
<b>Госпитальная шкала тревоги и депрессии .....</b>	502

<b>Опросник суицидального риска (модификация Т. Н. Разуваевой) .....</b>	<b>506</b>
<b>Опросник Басса — Дарки (Buss — Durkey Inventory) ...</b>	<b>511</b>
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....</b>	<b>519</b>