

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Владивостокский государственный университет
экономики и сервиса (ВГУЭС)

НАУКА, МЕНЯЮЩАЯ ЖИЗНЬ

Материалы национального научного форума
магистрантов, аспирантов и молодых учёных

29 мая 2020 года

Под общей редакцией
канд. пед. наук Г.В. Петрук, канд. соц. наук Е.Е. Абросимовой

Владивосток
Издательство ВГУЭС
2020

УДК 001.8
ББК 72.5я431
Н34

Н34 **Наука, меняющая жизнь :** материалы национального научного форума магистрантов, аспирантов и молодых учёных (г. Владивосток, 29 мая 2020 г.) / под общ. ред. канд. пед. наук Г.В. Петрук, канд. соц. наук Е.Е. Абросимовой ; Владивостокский государственный университет экономики и сервиса. – Владивосток : Изд-во ВГУЭС, 2020. – 428 с.

ISBN 978-5-9736-0602-2

В сборнике представлены доклады по основным направлениям работы национального научного форума магистрантов, аспирантов и молодых учёных, состоявшегося во Владивостокском государственном университете экономики и сервиса 29 мая 2020 года: экономика; юриспруденция; социология; психология; менеджмент; туризм и экология.

Для аспирантов, ученых, занимающихся вопросами международного сотрудничества в Азиатско-Тихоокеанском регионе, представителей власти и бизнеса.

УДК 001.8
ББК 72.5я431

ISBN 978-5-9736-0602-2

© ФГБОУ ВО «Владивостокский
государственный университет
экономики и сервиса», оформление,
2020

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Александрина А.Е., Мордовцев А.Ю.</i> Форма правления Тувалу и Монако: опыт сравнительного правоведения.....	6
<i>Анищенко Е.М.</i> Отношение молодежи к риску	10
<i>Балабина К.В.</i> Информационно техническое обеспечение таможенной процедуры таможенного транзита: организация, контроль и совершенствование	14
<i>Балахнин И.А.</i> Нормативы образования отходов и лимиты на их размещение на примере предприятия АО «Спасскцемент», г. Спасск-Дальний, Приморский край	17
<i>Бардиашвили Э.В.</i> Сущность и история исследования прокрастинации в психологии	21
<i>Блюдик А.Р., Гриванов Р.И.</i> Использование технологий цифровизации и автоматизации в логистике как вектор развития международного транспортного коридора «Приморье-2»	24
<i>Бондарев Ю.А., Гнезdechko О.Н.</i> Социальная инженерия: явление, инструменты, своевременное предупреждение	30
<i>Бубновская Т.В., Тимохович Е.В.</i> Трансформации российской финансовой отчетности в формат МСФО как условие интеграции России в международную экономику	34
<i>Быковская Н.В.</i> Анализ состояния отрасли кораблестроения в Российской Федерации	39
<i>Васильева Е.И.</i> Психологическое консультирование подростков: развитие памяти.....	46
<i>Воинов М.А.</i> Исследование развития краудфандинга	50
<i>Галафеева О.Н.</i> Дисциплинарная ответственность государственных служащих Российской Федерации	54
<i>Глупак В.С.</i> Причины возникновения юридических коллизий в сфере регулирования государственных и муниципальных услуг	58
<i>Голенок О.К., Макарова В.Н.</i> Теоретические основы экологического воспитания и просвещение школьников как направление тематических программ детских оздоровительных лагерей и центров	62
<i>Гриванова О.В., Аношкин В.А., Хвостова О.С.</i> Особенности работы транспортной компании в условиях ограничений	66
<i>Гриднев Н.С., Мирошникова Т.К.</i> Анализ структуры страхового портфеля и управление рентабельностью страховой компании на примере ПАО «СК Росгосстрах»	69
<i>Данилян Т.А.</i> Взаимосвязь государственного суверенитета Российской Федерации с суверенными правами субъектов федерации.....	74
<i>Данилян Т.А.</i> Суверенитет государства: политико-правовая концептуализация	77
<i>Демченко Д.А.</i> Теоретико-методические аспекты разработки финансовой стратегии организации.....	80
<i>Дятлова А.С., Шайкова М.В.</i> Особенности уголовно-процессуальной оценки суицидального поведения лиц не достигших совершеннолетнего возраста.....	86
<i>Евсеева Т.В., Султанова Е.В.</i> Инструменты правовой политики государства в экономической сфере: основные подходы, версии и сценарии развития в цифровую эпоху	89
<i>Енакиева Э.В., Смольянинова Е.Н.</i> Особенности взаимодействия таможенных органов с участниками внешнеэкономической деятельности с использованием услуг транспортно-логистических компаний	93
<i>Заика Д.В.</i> Система социального рейтинга в Китае: понятие и проблематика	96
<i>Зиглина В.Е.</i> Оформление делового сотрудничества с самозанятыми гражданами	100
<i>Иванова А.А., Лайчук О.В.</i> Пандемия как особый фактор в динамике экспорта зерна	105
<i>Иванова А.Д., Волынчук А.Б.</i> Проблемы и перспективные направления туристического сотрудничества России и Китая.....	109
<i>Иус А.А., Иваненко Н.В.</i> Деятельность организации ООО «Гавань-турцентр» в г. Владивостоке в области экологического просвещения	113
<i>Каструба И.А.</i> К вопросу об административной ответственности за нарушение земельного законодательства в области самовольного захвата земли в Российской Федерации	116
<i>Клёва В.Н.</i> Образ «Я» в структуре «я концепции» личности: опыт исследования	120
<i>Коваль А.И., Лайчук О.В.</i> Проблема выбора показателей для оценки экономической эффективности транспортно-логистических процессов	124
<i>Кожевникова Е.Н.</i> Влияние пророссийских блогеров на молодёжь.....	129
<i>Коломеец В.Ю., Пленник М.Д., Павликов С.Н.</i> Оптимизации матричной системы защиты информационной сети	134
<i>Конвисарова Е.В., Марченко Н.С.</i> Современные методы получения информации о рисках коммерческих предприятий	137

<i>Конопля Я.А.</i> Проблемы использования результатов оперативно-розыскной деятельности в процессе доказывания по уголовным делам	141
<i>Кравец Д.Д.</i> Влияние туристско-рекреационной деятельности на водные объекты Приморского края (р. Кравцовский)	146
<i>Крумкина А.В.</i> Сущность управленческого учета в сельскохозяйственной отрасли.....	150
<i>Кудряшева С.М., Савалей В.В.</i> Формирование территорий опережающего развития как перспективных центров экономического роста в дальневосточном макрорегионе	153
<i>Куманькова Д.А.</i> Развитие института следственного судьи в уголовном судопроизводстве Кыргызской Республики	157
<i>Курбанова Л.М., Степаненко В.А.</i> Условия развития сказочного туризма в Хабаровском крае	166
<i>Ладнова В.И., Суржиков В.И.</i> Потенциал Дальневосточного федерального округа для развития лечебно-оздоровительного туризма	169
<i>Лазарев В.А.</i> Основания и способы ограничения гражданских прав иностранных граждан в Российской Федерации и Украине: сравнительно-правовой аспект.....	174
<i>Лапшин К.Н.</i> К вопросу о преступлениях, совершаемых с использованием компьютерных технологий	178
<i>Ле М., Овчинников А.И.</i> Нормативное закрепление преюдициальность решения третейских судов для арбитражных судов.....	181
<i>Левченко Д.М.</i> Основные тенденции развития современной цифровой экономики.....	185
<i>Ли Чжэнян, Чи Линсяо, Левченко Т.А.</i> Основные тенденции развития национальной инновационной системы Китая и китайско-российского научно-технического сотрудничества	189
<i>Литвинова Е.Е.</i> Основные принципы построения системы учета затрат в управляющих организациях	193
<i>Ловчиков М.А.</i> Оценка воздействия на атмосферный воздух на примере котельной № 8 ОАО «РЖД»	198
<i>Макарова А.И., Перфильев А.В.</i> Продвижение туристско-рекреационных услуг на примере проектируемого эко-парка «Леопарды на Гамова»	202
<i>Мальнова Д.В., Левкина Е.В.</i> Оценка состояния гостиничного хозяйства в Приморском крае.....	207
<i>Матвеева Л.А.</i> Нюрнбергский процесс: уроки и выводы для современного мира	212
<i>Матин Д.В., Белоус И.А.</i> Разработка климатической системы для загородного дома	215
<i>Мегей Е.С., Исаев А.А.</i> Понятие «конкурентоспособность интегрированного продукта».....	218
<i>Меньщикова Е.Е., Варкулевич Т.В.</i> Управление финансовыми рисками как фактор обеспечения эффективности деятельности субъектов финансового сектора.....	224
<i>Морозова О.В.</i> Ключевые мотивационные факторы собственников компаний при образовании стратегических альянсов.....	228
<i>Непрокин А.В.</i> Практическое применение административного приостановления деятельности.....	232
<i>Николаева В.И.</i> Формирование профессиональной самоактуализации студентов направления подготовки «Управление персоналом»	236
<i>Новикова Д.В., Михина И.С.</i> Выявление потребительских предпочтений по использованию социальных сетей для продвижения гостиничных услуг	239
<i>Оседец Т.Е.</i> Татуировки – дань моде, эпатаж, протест или крик о помощи?.....	245
<i>Охмак А.А., Верещагина А.В.</i> Проблемы внедрения информационных технологий в уголовное судопроизводство Российской Федерации.....	247
<i>Павлова Е.А.</i> Внутриличностный конфликт, как причина психосоматического расстройства.....	251
<i>Пак В.А.</i> Оценка воздействия на атмосферный воздух на примере предприятия АО «Спасск-цемент», г. Спасск-Дальний, Приморский край	254
<i>Панасюк Е.М., Кононов А.Ю.</i> Разработка и внедрение антикризисной программы на предприятии сферы туризма на примере ООО «Твоя Виза»	258
<i>Петрова Г.А., Исаев А.А.</i> Понятие имиджа морского города в контексте потребительской привлекательности для нерезидентов.....	263
<i>Погодина С.И.</i> Оценка влияния фактора коронавируса на транспортно-логистическую систему доставки продовольственных товаров и сырья из КНР в Приморский край	266
<i>Потанина О.В.</i> Цифровизация политического процесса: проблемы и перспективы	271
<i>Пургина Ш.А., Соболева А.Д.</i> Международный опыт развития малого и среднего бизнеса: перспективы внедрения на Дальнем Востоке России	274
<i>Пыжов А.С., Романова Г.Г.</i> Методические подходы к оценке эффективности стратегии поведения на рынке депозитов физических лиц.....	278
<i>Решетников Р.А., Горян Э.В.</i> Проблема определения пределов усмотрения при ограничении прав человека через призму доктрины свободы усмотрения	283

<i>Ромеронова А.А., Кононов А.Ю., Гомилевская Г.А.</i> Комплексная оценка мер поддержки сферы туризма в современных условиях.....	288
<i>Рыбаков И.С., Водопьянова В.А.</i> Анализ теоретических подходов к понятию налогового риска	293
<i>Салманов С.Х.</i> Тезисы о значении субъективной стороны контрабанды	297
<i>Сапронова Л.А., Михина И.С.</i> Дополнительные услуги в деятельности гостиничных предприятий г. Владивостока	300
<i>Сбитнева Ю.В.</i> К вопросу о политических причинах проявления коррупции в России	305
<i>Сеитова А.М., Бойцова Т.М.</i> Направления развития Владивостока как туристской дестинации	308
<i>Секисова К.А., Добрынина Г.Г., Шеромова И.А.</i> Декорирование интерьера в стиле контемпорари изделиями в технике горячего эмалирования	311
<i>Семенов А.С., Петрук Г.В.</i> Цифровая экономика и оценка ее влияния на систему дополнительного образования школьников	315
<i>Склярова С.А.</i> Аграрная политика Китая: общая характеристика и современные направления.....	320
<i>Скорород М.В.</i> Использование проективной методики «Несуществующее животное» в системно ориентированном психологическом консультировании детей и их родителей.....	326
<i>Слесарева М.А., Титова Н.Ю.</i> Особенности ведения бухгалтерского учета государственных контрактов.....	330
<i>Сороковой В.И.</i> Методические приемы и процедуры внутреннего контроля в деятельности предприятий.....	335
<i>Сысоева А.А., Гомилевская Г.А.</i> Технологические основы инсентив-туризма как формы делового туризма (на примере группы компаний «Востокцемент»)	340
<i>Тимофеева Я.В.</i> Теоретические и правовые аспекты дефиниции судебного акта в Российской Федерации.....	345
<i>Тимохович Е.В.</i> Внутренний контроль в системе управления организацией	348
<i>Титаренко А.Ю.</i> Психологические особенности допроса несовершеннолетнего.	352
<i>Ткаченко И.М., Суржиков В.И.</i> Современное состояние и перспективы развития событийного туризма на базе национального парка «Земля леопарда».....	355
<i>Тозик И.И., Белик Е.И.</i> Необходимость модификации системы оплаты труда и стимулирования деятельности работников образовательного учреждения высшего образования.....	359
<i>Трапезникова Е.М.</i> Анализ эффективности совершенствования условий хранения для отдельных групп продовольственных товаров в торговом розничном предприятии	363
<i>Тюгаев А.Р., Варкулевич Т.В.</i> Стратегическое управление кадровым потенциалом компании	367
<i>Уханов А.Д.</i> «Субъект права» в условиях цифровизации: теоретико-методологические и прикладные аспекты трансформации категории.....	371
<i>Ханаиш Н.В.</i> Исследование рынка интерактивных развлечений (видеоигр) как сферы экономики.....	376
<i>Харисова Е.В., Зеленко Е.И.</i> Деятельность Российского Союза Молодежи на территории Приморского края	380
<i>Хлопотной А.В., Шайкова М.В.</i> Временные тенденции в распространенности психических расстройств личности, совершивших преступления в России и за рубежом	384
<i>Цуканова Т.Н.</i> Проблемные вопросы расследования ятрогенных преступлений	388
<i>Чернова Е.В.</i> Контроллинг и его роль в обеспечении финансового оздоровления предприятий	392
<i>Черновол М.Ю., Павликов С.Н.</i> Комплекс методов повышения эффективности информационного обеспечения управленческих решений при посадке воздушного судна	397
<i>Чернявина Ю.А.</i> Исследование влияния интернального локуса контроля на фактор успешности студентов в учебной деятельности и высокую социальную активность	400
<i>Чижов А.В., Батаев С.В.</i> Особенности формирования Правительства Приморского края: проблемные вопросы.....	403
<i>Чосов Д.В.</i> Свойства когнитивных процессов у клиентов с депрессивными расстройствами, как мишень психологического консультирования	406
<i>Шалданова В.А., Суржиков В.И.</i> Эволюция музейно-выставочных центров (На примере Музея истории Дальнего Востока имени В.К. Арсеньева).....	411
<i>Шегай О.В.</i> Развитие алкогольной зависимости у людей с разным опытом первого эйфорического опыта	416
<i>Щербаков В.В.</i> Методологические основы организации управленческого учета на предприятии.....	419
<i>Ягофарова Е.А., Алексеева Л.Ф.</i> Особенности учета затрат, включаемых в себестоимость туристических услуг.....	422
<i>Яровенко Е.Е., Петрук Г.В.</i> Старение научно-педагогических кадров – проблема российской науки	425

СВОЙСТВА КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ У КЛИЕНТОВ С ДЕПРЕССИВНЫМИ РАССТРОЙСТВАМИ, КАК МИШЕНЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Д.В. Чосов

магистрант

*Владивостокский государственный университет экономики и сервиса
Владивосток. Россия*

Статья посвящена актуальнейшей проблеме современной практической психологии – проблеме депрессивных расстройств, которая в России является достаточно новой, не смотря на распространенность. Дано определение депрессии, представлена типология. Указывается на описанные исследователями когнитивные нарушения, свойственные депрессивным клиентам, значительно снижающие качество их жизни и сохраняющиеся даже в ремиссии. Одним из направлений психотерапии, которое доказывает свою эффективность в лечении депрессии является когнитивно-поведенческая терапия, она непосредственно направлена на работу с когнитивными нарушениями и в результате позволяет достигать устойчивых результатов, поэтому её использование в консультировании депрессивных клиентов представляется актуальным.

Ключевые слова и словосочетания: депрессия, когнитивные процессы, когнитивно-поведенческая терапия.

COGNITIVE PROCESSES PROPERTIES IN CLIENTS WITH DEPRESSIVE DISORDERS AS A TARGET OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING

The article is devoted to the actual problem of modern practical psychology – the problem of depressive disorders, which in Russia is quite new, despite the prevalence. The definition of depression, the typology presented. This means that clients suffer from depression, which significantly reduces the quality of their life and even in remission. One of the methods of psychotherapy is to prove that the effectiveness of treatment for depression is a cognitive-behavioral therapy that allows you to achieve sustainable results.

Keywords: depression, cognitive processes, cognitive-behavioral therapy.

По всему миру в 2015 году, согласно оценкам ВОЗ, общее количество людей с депрессией превысило 322 миллиона человек. Доля населения мира оценивается в 4,4%. Депрессия чаще встречается среди женщин – 5,1%, у мужчин этот показатель составляет около 3,6%. Показатели распространенности варьируются в зависимости от возраста, достигая максимума у пожилых людей (более 7,5% среди женщин в возрасте 55–74 года и более 5,5% среди мужчин). Общее предполагаемое количество людей, живущих с депрессией, увеличилось на 18,4% между 2005 и 2015 годами; что отражает общий рост заболеваемости мирового населения. Так же по оценкам, в 2015 году 788 000 человек погибли в результате самоубийства; еще большее число людей совершали попытки (но не умерли) самоубийства. Самоубийство составило около 1,5% всех смертей в мире и вошло в топ 20 основных причин смертности в 2015 году. В Российской Федерации по данным ВОЗ на 2015 год показатель депрессии составил 5,5% от общего числа населения, что составляет около 8 миллионов человек [30].

Депрессия – недооценённое в нашей стране заболевание, которое способно значительно снижать трудоспособность и приносить страдание, как больному, так и его близкому окружению. К сожалению, люди в недостаточной мере знакомы о типичных проявлениях, ее последствиях. По этой причине подавляющему числу больных не оказывается своевременная помощь. Это может привести к приобретению депрессивным расстройством более затяжного и тяжелого характера, ее устойчивости к когнитивным интервенциям, а также фармакотерапии. Практически во всех развитых странах службы здравоохранения прикладывают усилия по пропаганде сведений о депрессии и способах ее лечения.

В своем исследовании, А. Векс, так описывает депрессию: «Это расстройство, казалось, нарушало проверенные временем каноны человеческой природы: инстинкт самосохранения, инстинкт материнства, сексуальный инстинкт и принцип удовольствия. Все нормальные человеческие желания притуплены или обращены вспять. Даже жизненно важные биологические функции, такие как еда или сон, были ослаблены» [10].

В типичных случаях больной страдает от сниженного настроения, утраты интересов и удовольствия, снижения энергичности, которое может привести к повышенной утомляемости и сниженной активности. Отмечается выраженная утомляемость даже при незначительном усилии. Существоют и другие симптомы:

- а) сниженная способность к сосредоточению и вниманию;
- б) сниженные самооценка и чувство уверенности в себе;
- в) идеи виновности и уничижения;
- г) мрачное и пессимистическое видение будущего;
- д) идеи или действия, направленные на самоповреждение или суицид;
- е) нарушенный сон;
- ж) сниженный аппетит [4].

В свою очередь, депрессивное расстройство не так уж и просто по своей структуре. По международной классификации болезней (МКБ-10) принято выделять несколько типов депрессий: депрессивный эпизод; рекуррентное депрессивное расстройство или большое депрессивное расстройство; дистимия; биполярная депрессия, тип 1; биполярная депрессия, тип 2; смешанное тревожно-депрессивное расстройство; депрессивный психотический эпизод; атипичная депрессия; сезонное депрессивное расстройство; краткое депрессивное расстройство [4].

Происхождение депрессии в целом может быть обусловлено как генетическими, так и средовыми воздействиями, а также иными, специфическими причинами. В пользу генетической теории свидетельствует близнецовое исследование, которое установило, что для различных депрессивных расстройств коэффициент наследуемости составляет 29-46% [24]. Есть исследование о том, что развитие депрессии может быть связано с ответом психики на наличие другого психического расстройства и как следствие сформировавшуюся социальную дезадаптацию [25]. Широкое распространение имеет точка зрения, согласно которой депрессивные расстройства могут быть причиной или следствием подавления гнева и агрессии [28]. Депрессивное расстройство, так же рассматривается как следствие психосоциального предиктора, при нем формируется особый стиль негативного мышления индивида, для которого характерна заикленность на негативных аспектах жизни, причиной является конфликтный характер отношений детей и родителей в годы взросления ребенка, депрессия матери или большое число стрессовых событий в личной жизни [13].

Когнитивные функции при депрессивном расстройстве, согласно исследованиям, также подвержены изменениям. В работе С.Т. Gualtieri говорится о том, что пациенты с депрессией имеют нейропсихологический дефицит внимания, памяти, психомоторной скорости, скорости обработки и исполнительной функции. Примерно от 25 до 50% пациентов с депрессивным эпизодом имеют нарушения как минимум одного домена когнитивных функций [18]. В ряде исследований выявлено, что симптомы когнитивных нарушений совместно с недостатком сил и проблемами со сном доминируют в 39-44% времени и в ремиссии [12]. К подобным выводам пришли авторы метаанализа, выявившие, что даже в ремиссии у пациентов, перенёсших депрессивный эпизод в анамнезе, показатели когнитивного функционирования хуже, чем у здоровых индивидуумов из группы контроля [11].

Огромное количество публикаций в последние годы было посвящено выявлению когнитивных нарушений у пациентов с униполярным депрессивным расстройством. Как показывают результаты, очень часто эти пациенты испытывают трудности с концентрацией внимания, с относительно нормальным произвольным вниманием. Так же в проспективных исследованиях последних десятилетий выделяется особая группа пациентов с депрессией, для которых характерны постоянные нарушения когнитивных функций, в сфере исполнительных функций, памяти и внимания, продолжающиеся даже после достижения ими ремиссии [20].

Детальное изучение взаимосвязи когнитивных искажений и степени тяжести депрессивного расстройства показало их значительную положительную корреляцию для скорости обработки данных, эпизодической памяти и исполнительных функций. Хотя для семантической или зрительно-пространственной памяти эти закономерности не обнаружены. Данные результаты касались в равной степени лимитированных и не лимитированных тестов во времени [26].

Есть доказательства, что качество жизни пациентов в период ремиссии снижается в следствии когнитивных нарушений, а также ухудшается их ежедневное взаимодействие, что может быть одной из основных мишеней для терапевтического вмешательства. Невзирая на богатый объем данных о когнитивных нарушениях в системе депрессии, информации о прицельном лечении именно такой симптоматики относительно мало, а уже существующие данные довольно неоднозначны [29].

Методы противодействия депрессивным расстройствам также имеют различную направленность. Одним из самых распространённых методов считается лечение при помощи фармакотерапии – антидепрессантов, транквилизаторов и нейролептиков.

Но наряду с медикаментозным лечением, существуют и сопутствующие ему проблемы. С одной стороны, у препаратов наблюдаются побочные эффекты, которые могут усугубить и без того тяжелое состояние больного. С другой, есть исследования, которые говорят о резистентности к лечению препаратами. В 1996 году процент резистентности к первому препарату при лечении больных с депрессией достигал от 40 до 60% [5]. Таким образом, проблема резистентности при лечении депрессии является актуальной и на данный момент, так как количество пациентов, страдающих терапевтически резистентной депрессией, остаётся на высоком уровне с тенденцией к росту. По различным оценкам 30–50% больных в настоящее время являются устойчивыми к лечению существующими антидепрессантами [9, 16].

Есть данные, что соединение фармакотерапии и когнитивно-поведенческой психотерапии дает возможность улучшить когнитивные функции при униполярном депрессивном расстройстве. При этом эффективность в отношении депрессии заключается в присоединении изменения связей типа сверху вниз, чувствительных к когнитивному контролю (когнитивно-поведенческая психотерапия), что оказывает ключевое влияние на функциональный исход расстройства и удовлетворенности в повседневной жизни [19].

Более того, существует целая когнитивная модель депрессии. Так, в ряде своих экспериментов, американский исследователь А. Векс, пришел к выводу, что депрессивные когниции содержали ошибки или искажения в интерпретациях опыта. По его наблюдениям, когда пациенты переоценивали и исправляли свои неверные интерпретации, их депрессия сначала поднималась, но к 10-12 сеансу – происходило смягчение симптоматики [10].

В ряде исследований, выявлено, что психотерапевтическое воздействие в сочетании с терапией антидепрессантами представляется наиболее эффективным, чем психофармакотерапия в отдельности [27]. Чаще среди психотерапевтических подходов используются когнитивно-поведенческая и межличностная терапия [21]. Если реагирование человека на жизненные стимулы во многом обусловлено оценкой им собственных мыслей, то когнитивно-поведенческая терапия направлена на изучение и реструктуризацию патологического, депрессивного образа мыслей пациента в сфере депрессивной симптоматики и жизненного опыта. Иными словами, целью когнитивно-поведенческой терапии является процесс обучения пациента распознаванию и пониманию иррациональных мыслей, а также контролю своих реакций [23, 3]. В свою очередь, межличностная терапия направлена на реконструкцию нормальных межличностных отношений пациента. Эффективность этих методов была установлена большим количеством исследований, где описанные выше подходы психотерапии приравниваются к эффективности монотерапии антидепрессантами [2].

Когнитивная поведенческая психотерапия так же оказалась не менее эффективной, чем антидепрессанты, у амбулаторных пациентов с тяжелой депрессией в четырех крупных исследованиях: «Пока не будут получены дополнительные данные, мы рекомендуем специалистам учитывать при разработке планов вмешательства результаты, полученные при анализе сравнительной эффективности антидепрессантов и когнитивной поведенческой психотерапии: лекарственные препараты-антидепрессанты и когнитивная поведенческая психотерапия не различались по действенности в период интенсивного вмешательства у амбулаторных пациентов с выраженной депрессией» [15, с. 1007–1013].

Успешность когнитивной психотерапии при депрессии можно считать практически доказанной. Более того, из имеющихся данных, некоторые авторы даже рекомендуют когнитивную психотерапию как первоочередный элемент вмешательства у многих пациентов с депрессией – это происходит по двум причинам – психотерапия не связана со значительными медицинскими осложнениями и побочными эффектами от фармакологии, а также из-за довольно высокой стойкости ее результатов [7, 9, 14, 21].

Главной целью КПТ является решение текущих проблем пациентов, а также изменение дисфункционального, искаженного мышления и поведения.

При КПТ депрессивных расстройств, Я. Прашко, например, рекомендует действовать в следующей последовательности: первоначально – поведенческая активация, далее – когнитивная реструктуризация. Борьба с депрессивными мыслями, эмоциями и поведением – это средство, а не цель терапии [6].

Поведенческая активация призвана с целью увеличить долю приятной деятельности и позитивных эмоций. В моменты любимой деятельности, приносящей удовольствие, происходит переключение внимания индивида с негативного образа мышления на позитивный, что впоследствии сокращает время одного из симптомов депрессии – плохое настроение.

Когнитивная модель предполагает, что причиной всех психологических нарушений личности является дисфункциональное, или искаженное, мышление (которое способствует искажению эмоций и изменению поведения пациента). Рациональная оценка и реструктуризация такого мышления также приводят к улучшению самочувствия и нормализации поведения.

Как уже было сказано ранее, при депрессии, когнитивные функции также имеют тенденцию к искажению. Процесс этого искажения приводит к формированию дисфункциональных мыслей. В когнитивной терапии принято выделять три уровня. Автоматические мысли – это суждения о себе, других или окружающем мире, которые зачастую появляются без веской на то причины. Их характеризует оценочность, бездоказательность и быстрая скорость протекания, что даже сам индивид с трудом может их уловить. В когнитивной терапии такие мысли разбивать на когнитивные ошибки. Списки таких когнитивных ошибок, или ошибок мышления, в разных источниках, различны. В основном выделяют: дихотомическое мышление (все или ничего), чтение мыслей (уверенность в том, что человек знает о чем думают другие), сверхгенерализация (обобщение, идущее далеко за пределы ситуации), катастрофизация (негативное предсказание), обесценивание позитивного (успехам не придается никакого значения), персонализация (представление о себе, как о причине всех бед), долженствование (я должен, мне должны), туннельное мышление (акцент на негативных аспектах ситуации), эмоциональное обоснование (основывается на том, во что человек по сути верит), навешивание ярлыков (наделение безусловными характеристиками), мысленный фильтр (избирательное абстрагирование) [1].

Следующий уровень – промежуточные убеждения. Это своего рода отношения, правила жизни и предположения, поддерживающие и дающие силы и легитимность третьему уровню – глубинным убеждениям. Промежуточные убеждения труднее для КПТ-терапии, чем автоматические мысли в силу того, что они основываются на жизненном опыте и помогают человеку адаптироваться к окружающей среде, в следствии чего активной и надежной закрепляются.

Третий уровень – это глубинные убеждения – это фундамент, на котором базируются как промежуточные убеждения, так и автоматические мысли. Это установки, которые по своему роду всеобъемлющие и которые с трудом может охватить сознание человека. Носитель таких идей воспринимает их как «правду в последней инстанции». На глубинных убеждения строится вся жизнь человека. Такие убеждения сложно поддаются изменениям, а также имеют тенденцию к сверхобобщению [1].

В первую очередь, внимание терапевта, на когнитивном этапе работы, обращено на автоматические мысли пациента, которые в когнитивной модели расположены ближе всего к сознательному уровню. Для улучшения состояния клиента, терапевт учит его самостоятельно выявлять, оценивать и заменять дисфункциональные мысли. Затем терапевт переходит к убеждениям, которые порождают и поддерживают дисфункциональные идеи. Выявленные у клиента промежуточные и глубинные убеждения подлежат всестороннему изучению для последующего их изменения таким образом, чтобы они экологично вписывались в контекст жизни пациента. Новые глубинные убеждения способны нивелировать вероятность рецидива депрессии в будущем [17, 22].

Итак, депрессия – это сложное заболевание, которое угнетает человеческий организм, как на физиологическом, так и на психическом уровне. Затрагивает все сферы жизнедеятельности человека, и субъективно, может очень тяжело переживаться, вплоть до самоубийства. В борьбе с данным недугом успешно справляется фармакотерапия антидепрессантами, транквилизаторами и нейролептиками. Наряду с медикаментозным лечением существует способ когнитивно-поведенческой психотерапии, который в результате воздействия на депрессивное расстройство имеет ряд преимуществ, в частности – устойчивость результатов и предотвращение рецидивов расстройства. Это достигается путем воздействия на когниции человека, путем выявления, оценки и изменения дисфункциональных взглядов и убеждений, расположенных в центре любого психического расстройства. Хотя классически, наибольшее внимание исследователей привлекали мотивационные, аффективные и эмоциональные симптомы расстройств, когнитивные нарушения являются не менее выраженными, стойкими и нарушающими повседневную жизнь пациентов.

1. Бек Д.С. Когнитивная терапия: полное руководство: пер. с англ. – Москва: ООО «И.Д. Вильямс», 2006. – 400 с.: ил. – Парал. тит. англ.

2. Быков Ю.В., Беккер Р.А., Резников М.К. Резистентные депрессии. Практическое руководство. – Киев: Медкнига, 2013.

3. Гельдер М., Гет Д., Мейо Р. Оксфордское руководство по психиатрии: в 2 т. Т. 1 / пер. с английского. – Киев: Сфера, 1999.

4. Международная классификация болезней 10 пересмотра. Класс V – психические расстройства и расстройства поведения. [Электронный ресурс] – URL: <https://mkb-10.com/index.php?pid=4001>.

5. Мосолов С. Н. Основы психофармакотерапии. – Москва: Восток, 1996. – 89 с.

6. Прашко Я., Можны П., Шлепецки М., и коллектив. Когнитивно-бихевиоральная терапия психических расстройств – Москва: Институт общегуманитарных исследований, 2015. – 1072 с.

7. Черемискина И.И., Евсютин М.О. Компоненты Я-концепции людей, зависимых от психоактивных веществ, на разных стадиях реабилитационного процесса // Охрана здоровья населения Дальнего

Востока: векторы развития. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – 2019. – С. 139–142.

8. Al-Harbi K. Treatment-resistant depression: therapeutic trends, challenges, and future directions // *Pat. Pref. Adher.* 2012. № 6. P. 369–388.

9. Antonuccio, D. O., Danton, W. G., & DeNelsky, G. Y. Psychotherapy versus medication for depression: Challenging the conventional wisdom with data // *Professional Psychology: Research and Practice.* 1995. № 26(6). P. 574-585.

10. Beck A. The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates // *American Journal of Psychiatry.* 2008. № 165(8). P. 969–977.

11. Bora E., Harrison B.J., Yücel M. et al. Cognitive impairment in euthymic major depressive disorder: a meta-analysis // *Psychol. Med.* 2013. Vol. 43, № 10. P. 2017–2026.

12. Conradi H.J., Ormel J., De Jonge P. Presence of individual (residual) symptoms during depressive episodes and periods of remission: a 3-year prospective study // *Psychol. Med.* 2011. Vol. 41, № 6. P. 1165–1174.

13. Daches S., Vine V., Layendecker K.M., George C.J., Kovacs M. Family functioning as perceived by parents and young offspring at high and low risk for depression // *J. Affect. Disord.* 2018. № 226. P. 355-360.

14. de Oliveira, I. R. The treatment of unipolar major depression: Pharmacotherapy, cognitive behaviour therapy or both // *Journal of Clinical Pharmacy and Therapeutics.* 1998. № 23. P. 467-475.

15. DeRubeis, R. J., Gelfand, L. A, Tang, T Z., & Simons, A. D. Medications versus cognitive behavior therapy for severely depressed outpatients: Mega-analysis of four randomized comparisons // *American Journal of Psychiatry.* 1999. № 156(7). P. 1007-1013.

16. El-Hage W., Leman S., Camus V., Belzung C. Mechanisms of antidepressant resistance // *Front. Pharmacol.* 2013. № 4. P. 146.

17. Evans M.D., Hollon S.D., DeRubeis R.J., et al. Differential Relapse Following Cognitive Therapy and Pharmacotherapy for Depression // *Arch Gen Psychiatry.* 1992. № 49(10). P. 802-808.

18. Gualtieri C.T., Johnson L.G., Benedict K.B. Neurocognition in depression: patients on and off medication versus healthy comparison subjects // *J. Neuropsychiatry Clin. Neurosci.* 2006. Vol. 18, № 2. P. 217–225.

19. Gupta M., Holshausen K., Best M.W., Jokic R., Milev R., Bernard T., Gou L., Bowie C.R. Relationships Among Neurocognition, Symptoms, and Functioning in Treatment-Resistant Depression // *Arch. Clin. Neuropsychol.* 2013. Vol. 28, № 3. P. 272–281.

20. Hammar A., Ardal G. Cognitive functioning in major depression – a summary // *Front. Hum. Neurosci.* 2009. Vol. 3. P. 26.

21. Hollon, S. D. What is cognitive behavioral therapy and does it work // *Current Opinion in Neurobiology.* 1998. № 8. P. 289-292.

22. Hollon S.D., DeRubeis R.J., Evans M.D., et al. Cognitive Therapy and Pharmacotherapy for Depression. Singly and in Combination // *Arch Gen Psychiatry.* 1992. № 49(10). P. 774-781.

23. Hollon S.D., Thase M.E., Markowitz J.C. Treatment and Prevention of Depression. // *Journal of American Psychological Society.* 2002. № 3(2). P. 39-77.

24. Kendler K.S., Gatz M., Gardner C.O., Pedersen N.L. A Swedish national twin study of lifetime major depression // *Am. J. Psychiatry.* 2006. № 163(1). P. 109-114.

25. Kim M., Kim Y.-S., Kim D.-H., Yang T.W., Kwon O.Y. Major depressive disorder in epilepsy clinics: A meta-analysis // *Epilepsy Behav.* 2018. № 84. P. 56-69.

26. McDermott L.M., Ebmeier K.P. A meta-analysis of depression severity and cognitive function // *J. Affect. Disord.* 2009. Vol. 119, № 1. P. 1–8.

27. Pampallona S., Bollini P., Tibaldi G., Kupelnick B., Munizza C. Combined pharmacotherapy and psychological treatment for depression: a systematic review // *Arch Gen Psychiatry.* 2004. № 61(7). P. 714-719.

28. Sahu A., Gupta P., Chatterjee B. Depression is more than just sadness: a case of excessive anger and its management in depression // *Indian J. Psychol. Med.* 2014. № 36(1). P. 77-79.

29. Wagner S., Doering B., Helmreich I. et al. A meta-analysis of executive dysfunctions in unipolar major depressive disorder without psychotic symptoms and their changes during antidepressant treatment // *Acta Psychiatr. Scand.* 2012. Vol. 125, № 4. P. 281–292.

30. World health organization / Depression and Other Common Mental Disorders. Global Health Estimates [Электронный ресурс] – URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?sequence=1>.