

ОГЛАВЛЕНИЕ

Слово автора.....	7
Глава 1. Введение: природа и логика повседневных психических расстройств	9
Плохое прошлое: факторы риска развития психических трудностей, связанные с детской ситуацией	27
Плохое настоящее: факторы риска развития психических трудностей, связанные с актуальной жизнью	62
Ресурсы	77
Глава 2. Депрессии. Маниакально-депрессивные циклы	85
Симптомы депрессии.....	88
Причины депрессии	95
Депрессивный характер.....	110
Важность внешних перемен. Послеродовая депрессия	113
Уход от разрушительного партнера. Одиночество	116
Суицид.....	119
Маниакальность. Маниакально-депрессивные фазы	127
Комплексный подход к терапии депрессивных расстройств	132
Глава 3. Тревога. Тревожные расстройства	161
Природа тревожных расстройств	165
Генерализованное тревожное расстройство	167
Фобии.....	175
Обсессии и компульсии	186
Панические атаки	195
Тревожная привязанность	199
Сепарационная тревога. Страх одиночества	206
Психические убежища.....	219
Самоповреждения	222
Терапия тревожных расстройств	225

Глава 4. Психическая травма	243
Стресс. Острое стрессовое расстройство	247
Посттравматическое стрессовое расстройство.....	252
Адаптивные реакции на травму	264
Ранняя травма и диссоциированное горе	267
Диссоциация тела	271
Травма и зависимости.....	276
Нарциссическая травма и раненое Эго	281
Терапия травмы	286
Глава 5. Личностные расстройства	317
Медицинская классификация: МКБ и DSM	322
Уровни организации психики.....	323
Структура личности.....	327
Глава 6. Другие невротические симптомы	409
Пищевые расстройства.....	414
Психосоматика	434
Зависимость и созависимость	442
Трудности с работой и деньгами	452
Сексуальные расстройства.....	466
Невротические проблемы отношений.....	476
Экзистенциальные данности. Экзистенциальные и возрастные кризисы.....	485