

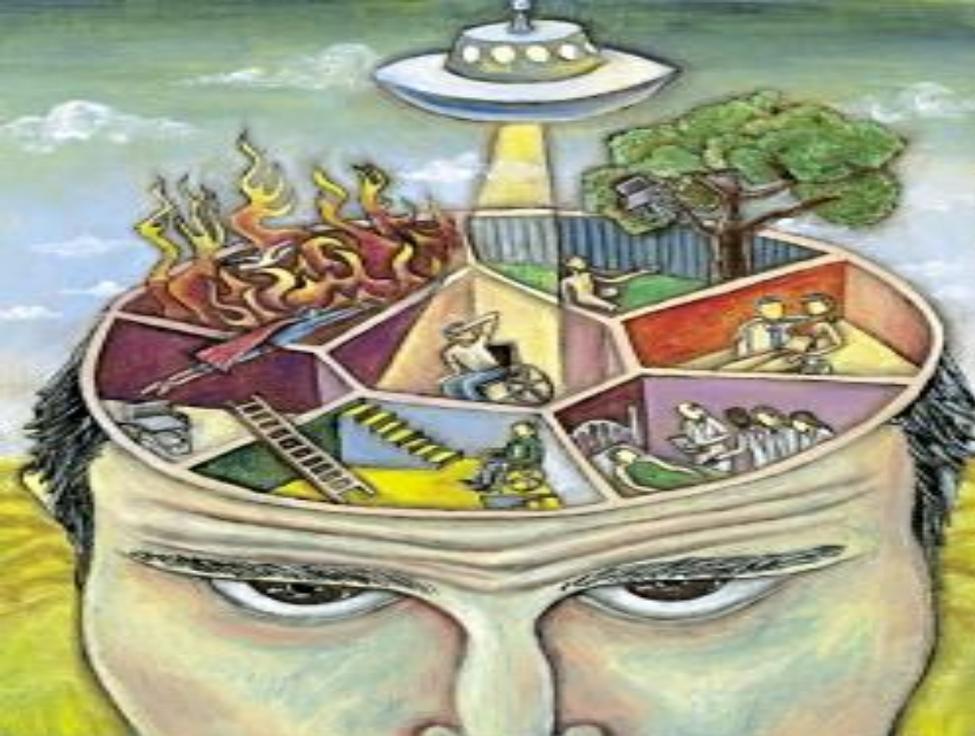
**Депрессия !!!  
Так ли всё  
плохо !?**



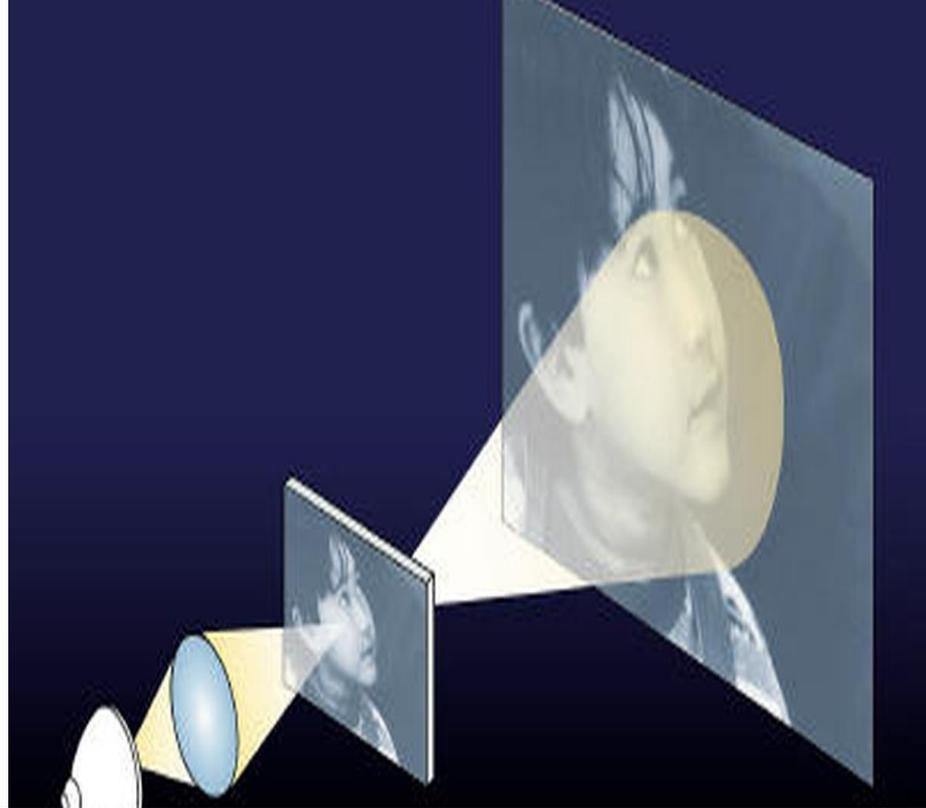
и окружающий  
мир !!!

1





**Внутренний  
душевный мир –  
результат вмещения  
в ум всего,  
что происходит  
вокруг нас**



**Наше поведение  
основано на том,  
что в нас вложили.**

**Поведение - отражение**



**Реакция  
на воздействие из вне  
может быть разная**



ДИАЛОГ



2

**Существуют следующие негативные реакции на окружающий мир**

**Вытеснение**



**Реактивные образования**



**Проекция**



**Изоляция**



**Замещение**



**Психологические  
защиты**

**Регрессия**



**Сублимация**



**Отрицание**



**Идентификация**



**Рационализация**





# Сублимация

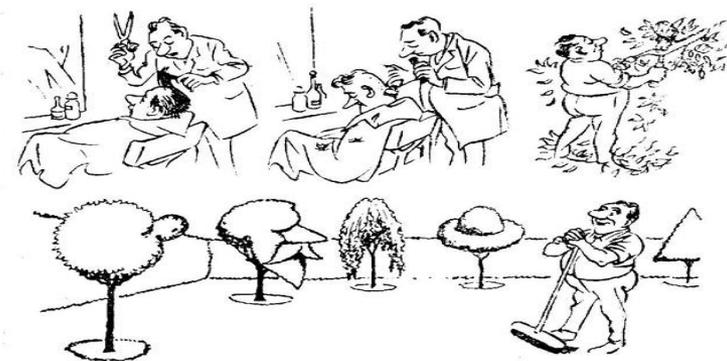
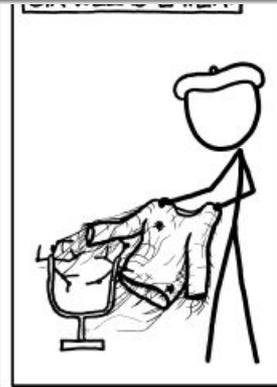
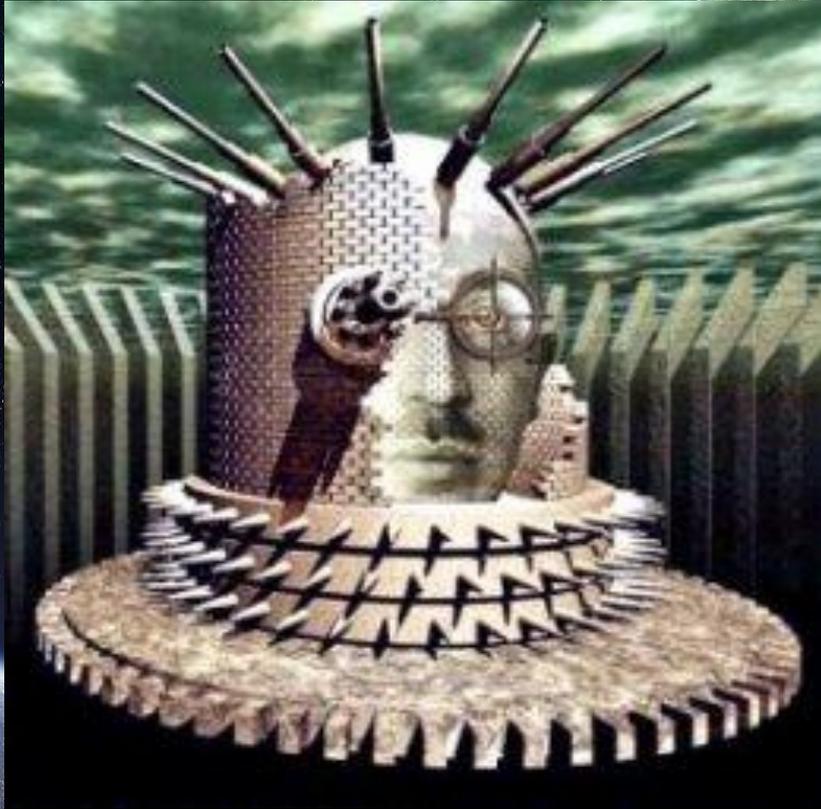
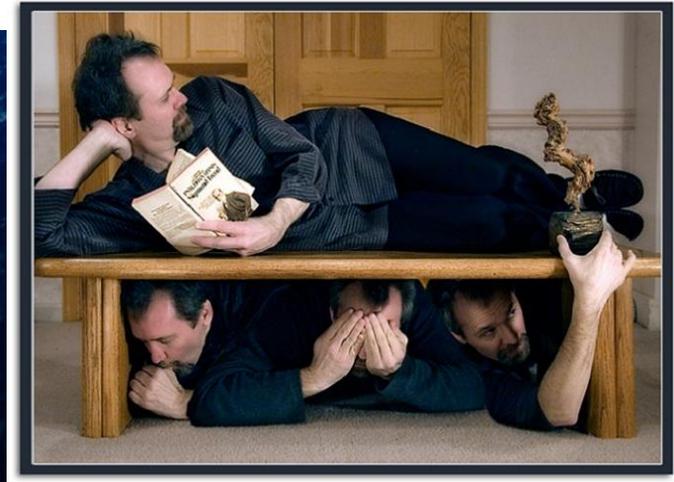
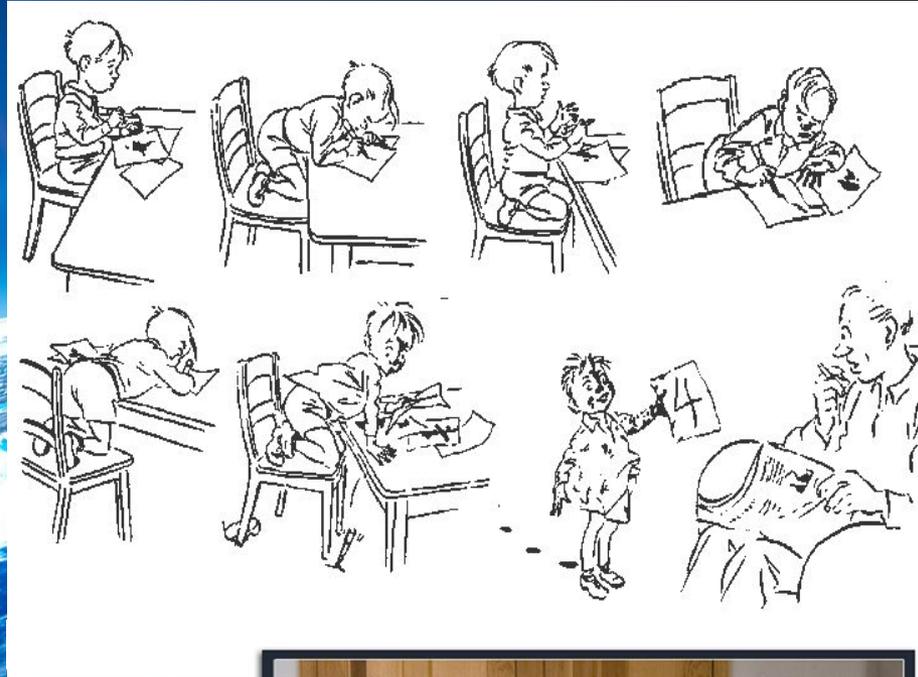


Рис. 16. Работа и хобби

# Реактивное образование



# Замещение



# Компенсация





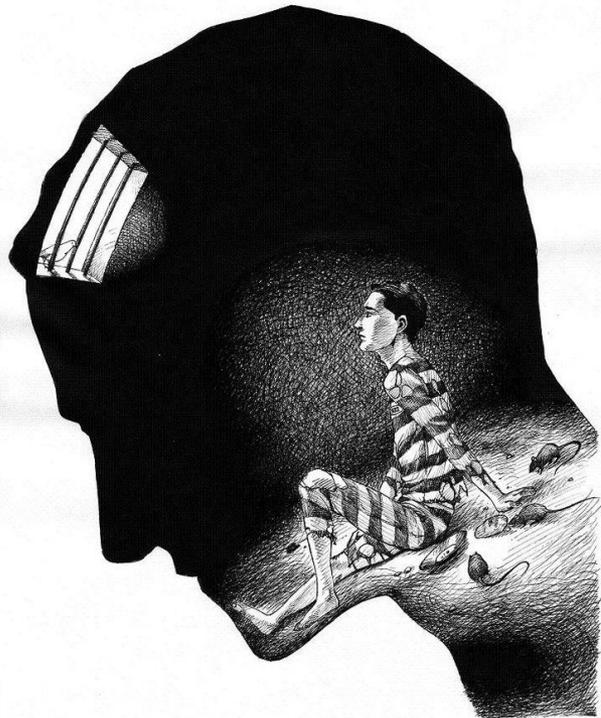
# Проекция



**ПРОЕКЦИЯ** - собственные неприемлемые мысли, чувства и поведение приписываются другим людям. Возможность обвинять других в своих недостатках



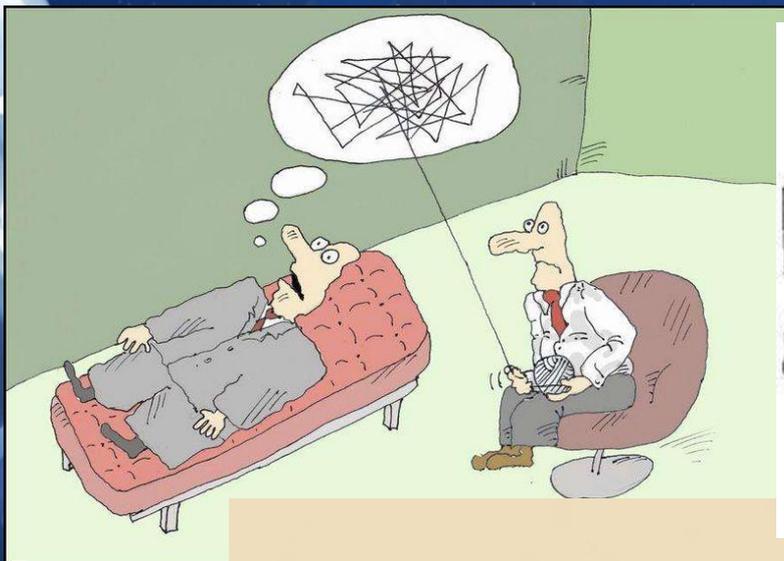
# Изоляция



# Регрессия



# Интеллектуализация



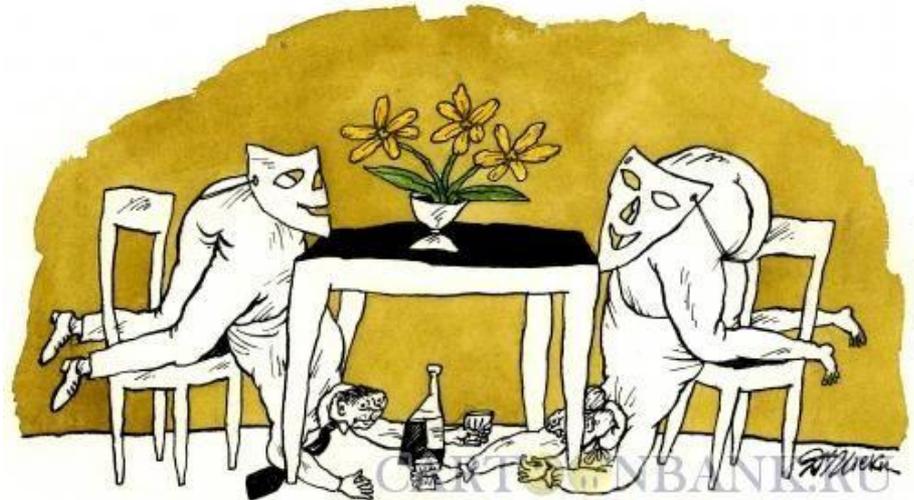
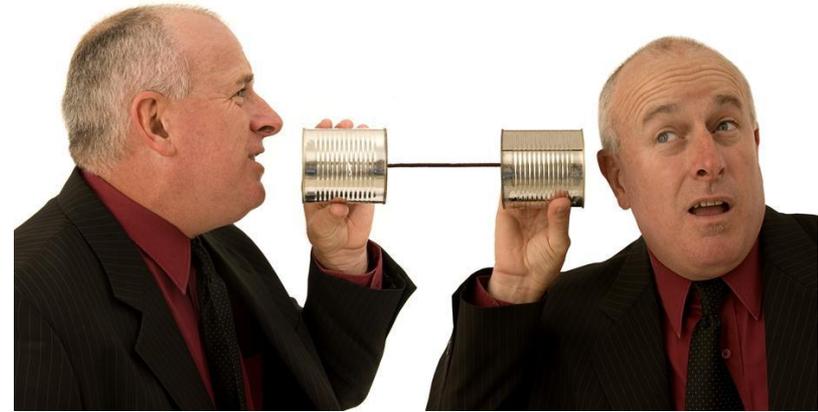
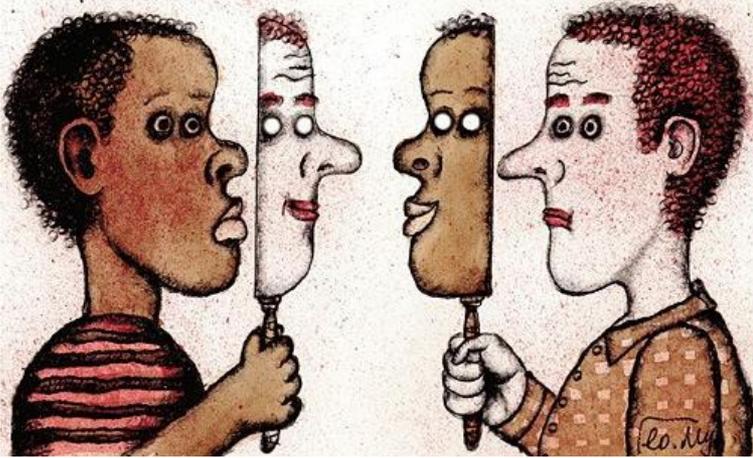
— А КАК ВЫ ЛЕЧИТЕ  
ДЕПРЕССИЮ?

— А ОНА У МЕНЯ  
НЕ БОЛЕЕТ.



ADME

# Идентификация

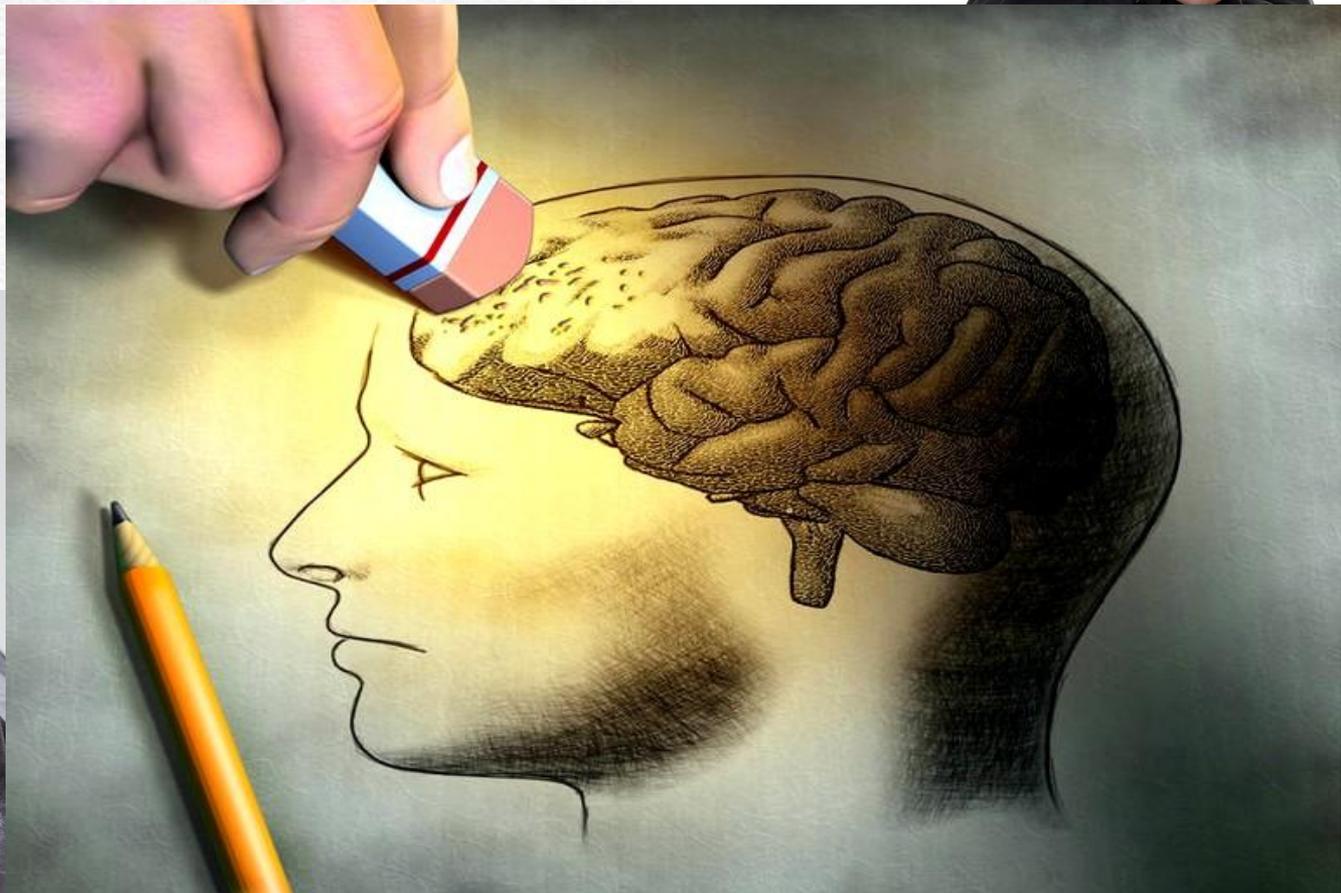
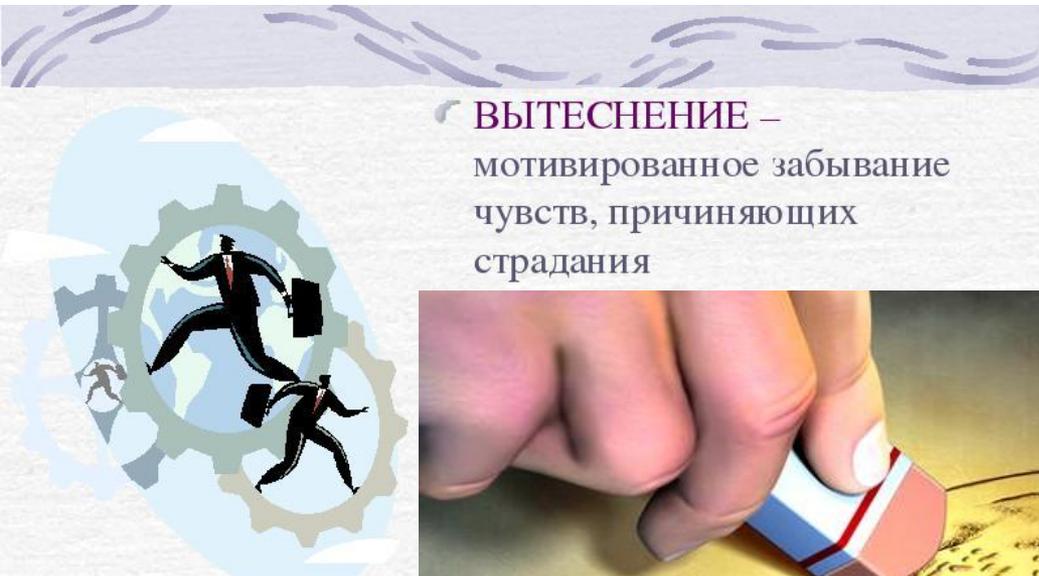


# Избегание



# Вытеснение

**ВЫТЕСНЕНИЕ** –  
мотивированное забывание  
чувств, причиняющих  
страдания



# Вытеснение

- Вытеснение — это универсальное средство избежать внутреннего конфликта путем устранения из сознания социально нежелательных стремлений и влечений. Однако вытесненные и подавленные влечения дают о себе знать в невротических и психосоматических симптомах (например в фобиях и страхах).

# ТЕСТ ДЛЯ ДИАГНОСТИКИ МЕХАНИЗМОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ



A photograph of a man with short brown hair and a beard, wearing a white t-shirt, leaning over a wooden pier. He is looking down at his reflection in the calm water below. The background shows a vast, calm body of water under a clear sky. The image has a slightly grainy texture and a white border.

**Самоощущение  
депрессии**

**вглядываемся  
в себя**

**3**



*Желание  
закрыться,  
спрятаться*

*Не радуется  
ничего*





*Всё серое*

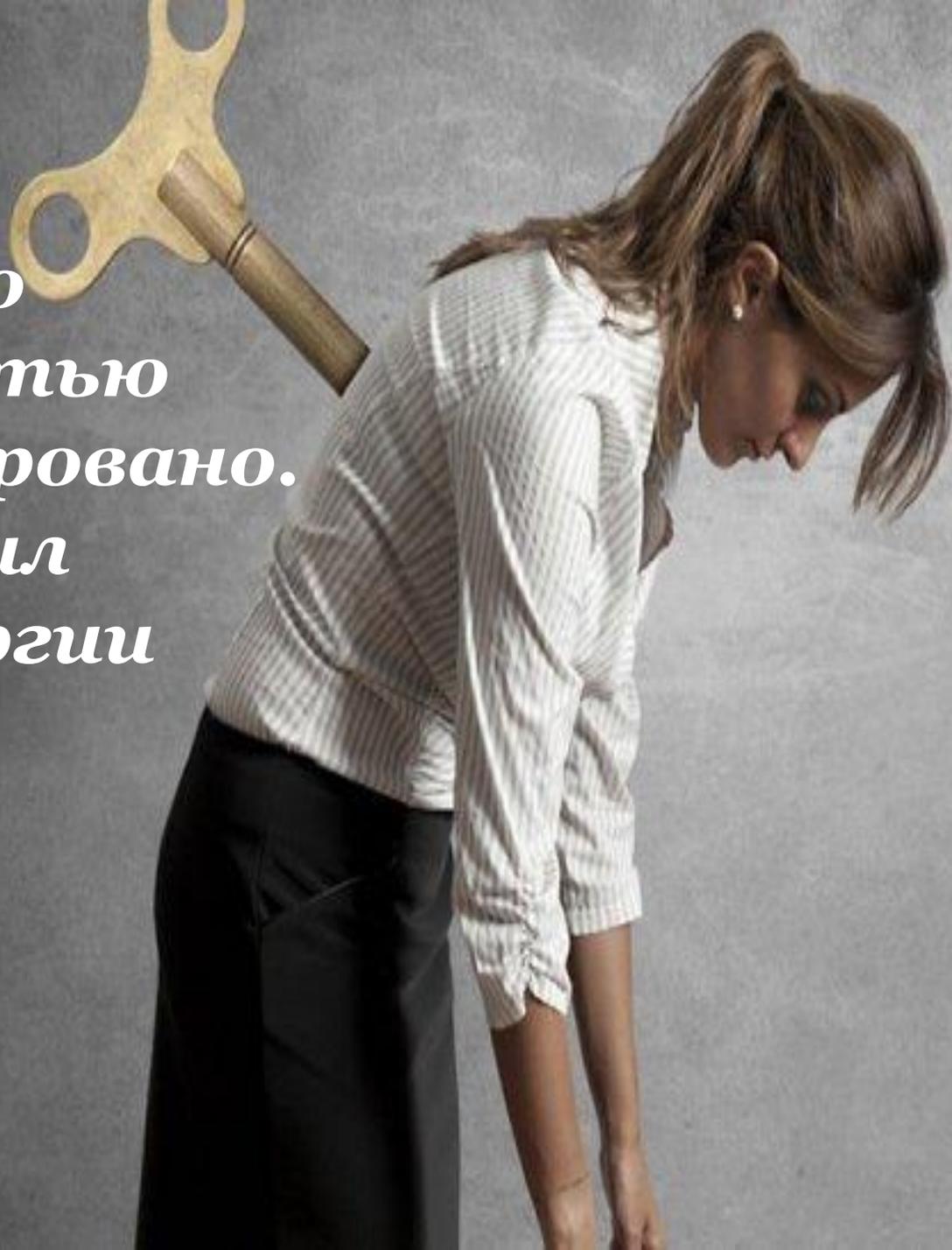


*Всё промозглое*



*Тело как будто  
истончается  
и теряет  
почву под ногами*

*Тело  
полностью  
демотивировано.  
Ни сил  
ни энергии*



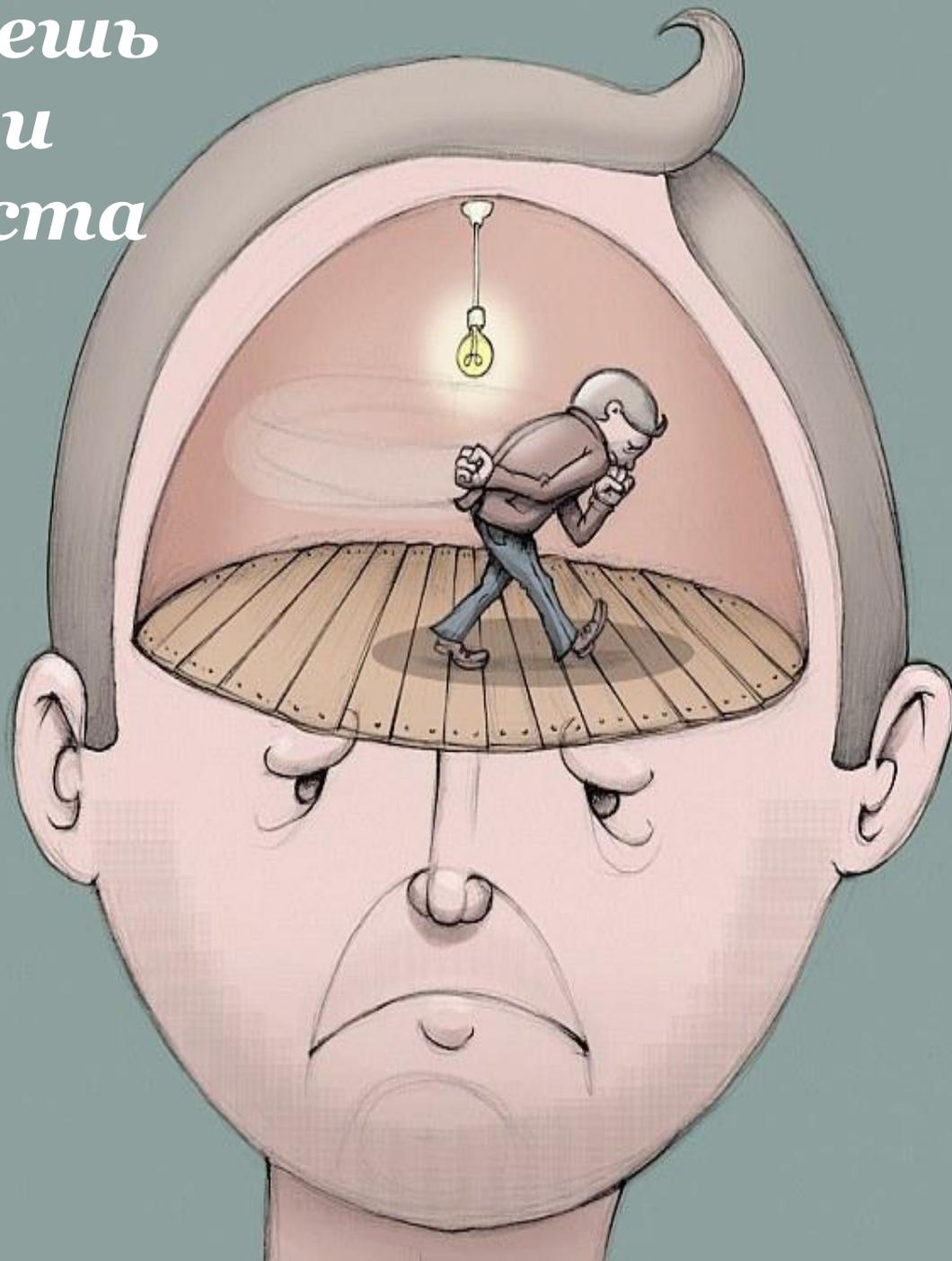


*Душа от тела  
отделяется*



*Я вроде одно и меня двое.  
И это второе ужасно болит.*

*Не можешь  
найти  
себе места*



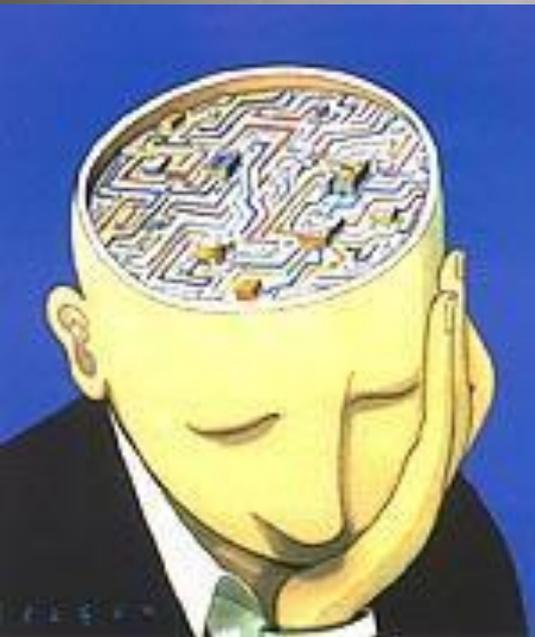
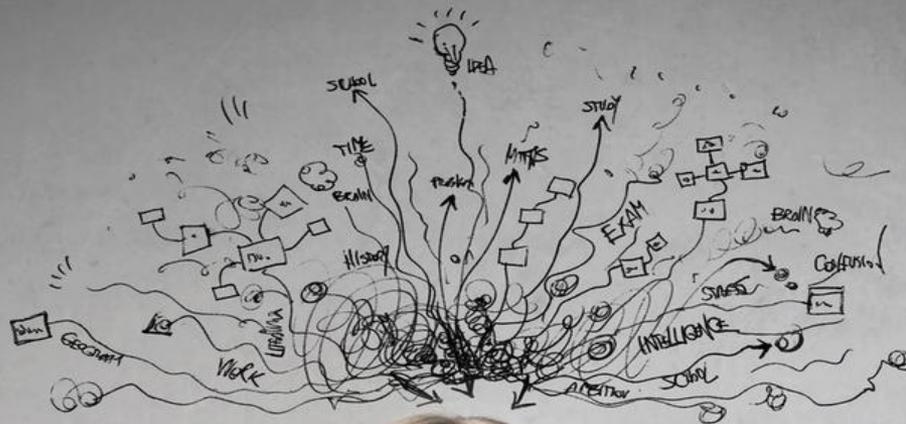
**Отсутствие  
самоидентификации.  
Потеря себя:  
«То что утрачено  
забрало меня с собой».**



*Отсутстви  
е  
смысла  
жизни*



# Мысли спутаны



# *Диалог со своей социальной позицией, навязанной ТВ – не строится*



Чтобы повысить мозговую активность, психологи советуют уединиться и поговорить с самим собой... Меня хватило на две минуты...поругались...



ТЫ ЧТО,  
НЕ ХОЧЕШЬ  
СО МНОЙ  
РАЗГОВАРИВАТЬ?





***Тогда  
Я уже не Я...  
Кто же Я?***





*Маски прочь.  
Ааах ... Душа задыхалась...  
Таким меня точно  
никто не знает.*

***Тело истончилось.  
Масок нет.  
Глаза открываются и  
вроде мир прояснился...***



**Что происходит ???**



**4**



**Отсутствие депрессии:**

**Внешний мир воздействует на чувства (мозг)  
Мозг реагирует на это соответствующими эмоциями  
Душа скрыта за панцирем ярких эмоций**



**Преддепрессивное состояние:**

**Внешний мир воздействует на чувства (мозг)  
Мозг слабо реагирует на это  
Щит эмоций истончился  
Душа видит реальность мира**



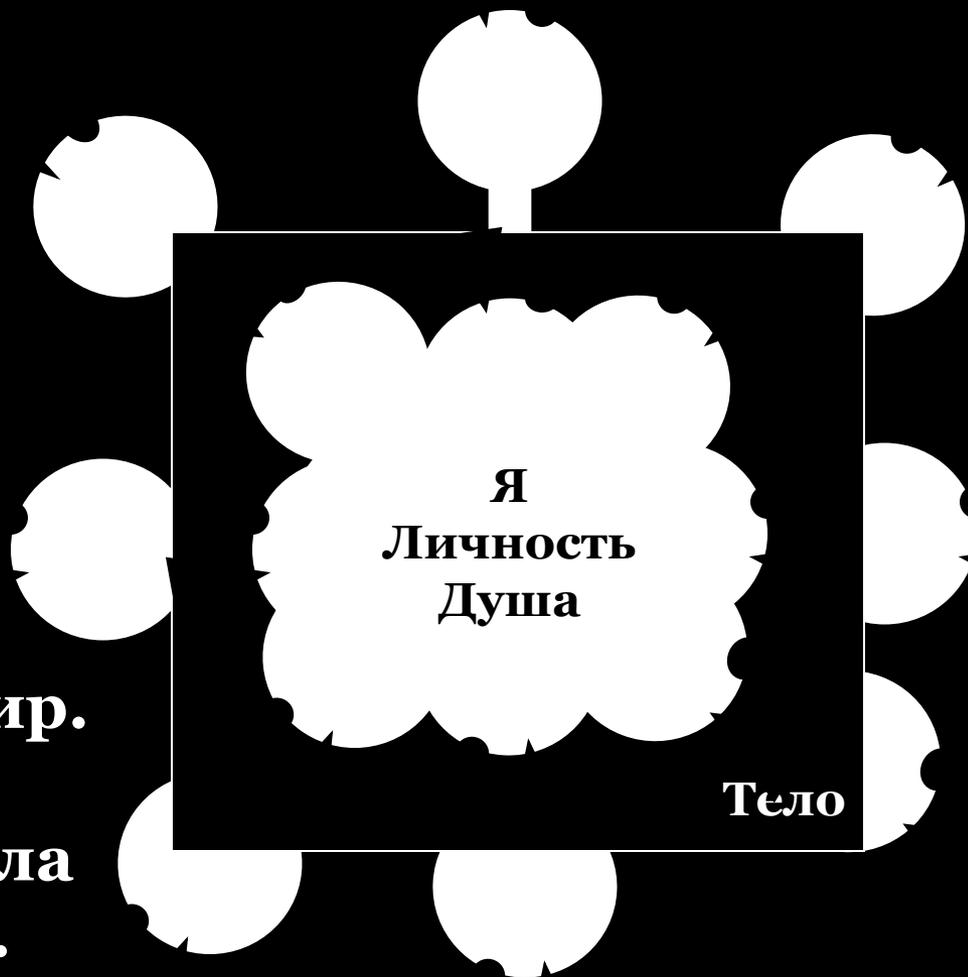
**Депрессия:**

**Внешний мир воздействует на чувства (мозг)  
Мозг не реагирует на это  
Душа не может адекватно ответить миру  
Душа стремится спрятаться от мира,  
отгородиться**

**Душа привязана  
к миру  
через тело.**

**Душа питается  
реакциями тела  
на окружающий мир -**

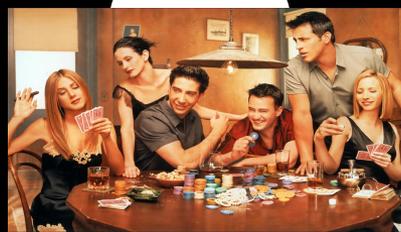
**- тело ест мир.  
Душа ест  
реакции тела  
(«кайф»).**



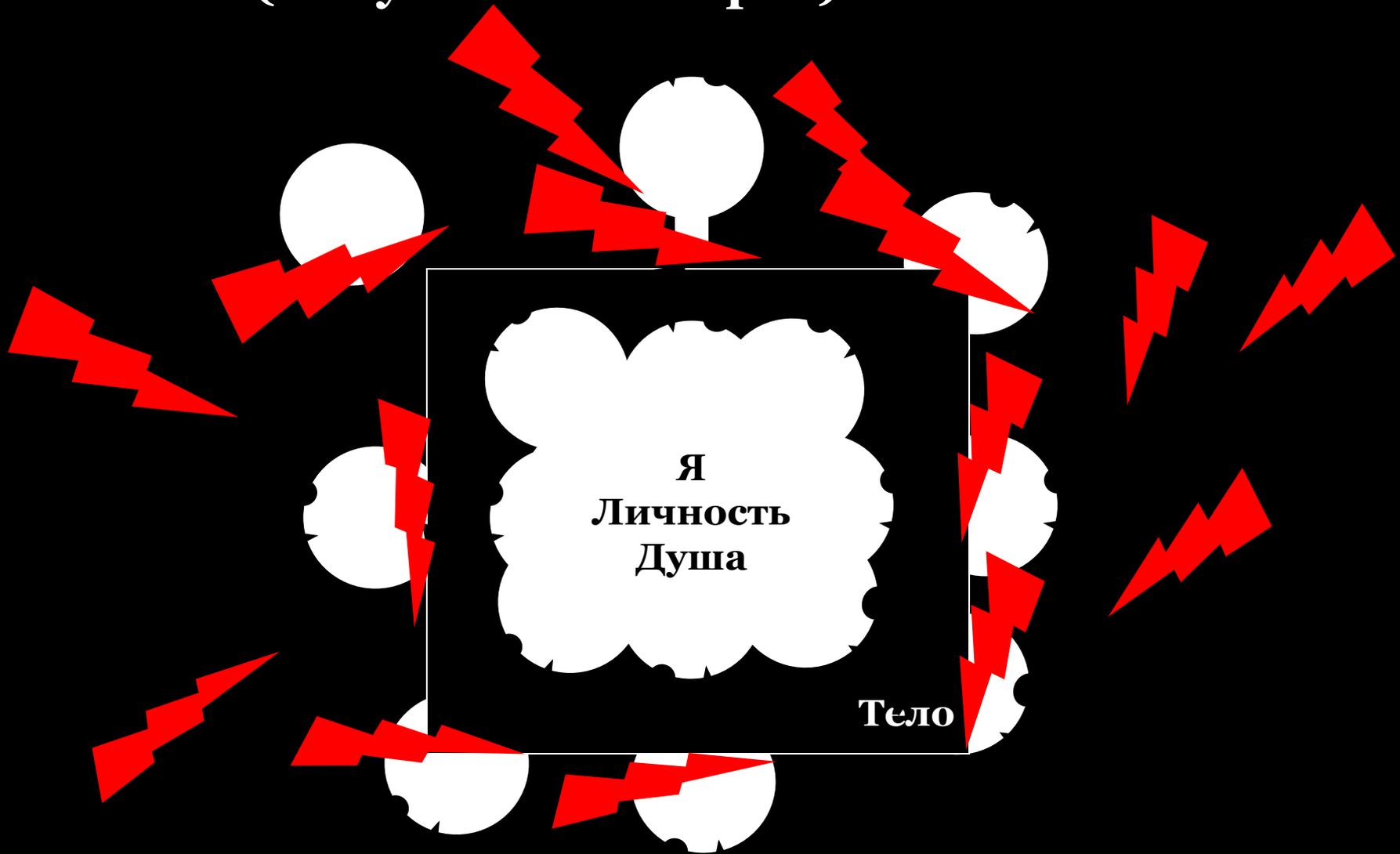


**Я  
Личность  
Душа**

**Тело**



**Происходит событие,  
отрезающее возможность поедания мира  
(получения «кайфа»)**





Я  
Личность  
Душа



Тело



**Не возможность удовлетворить голод души из мира  
через тело (сущность страхов) происходит из-за:**

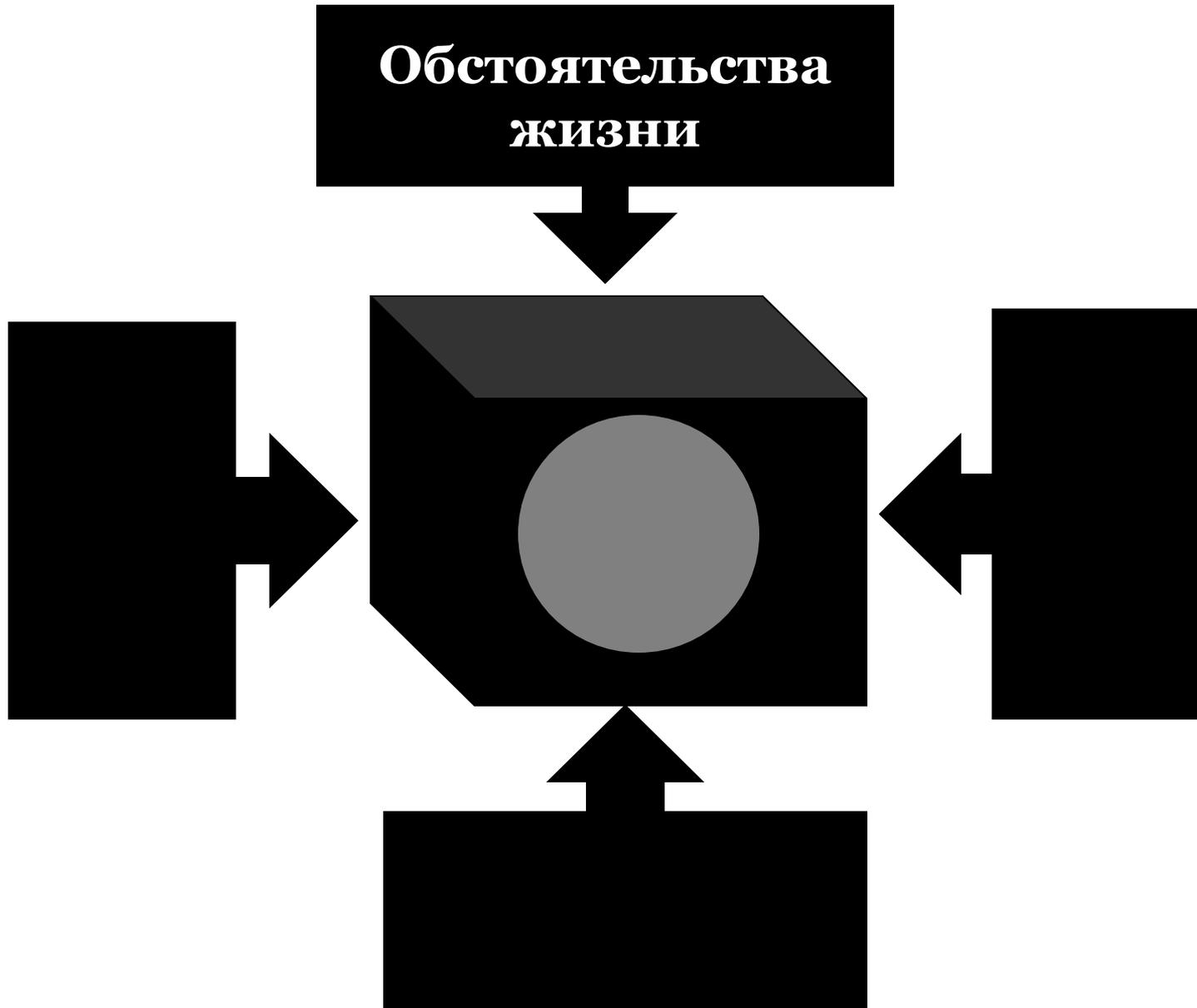
- социальной изоляции;**
- отсутствия средств ...**

**... порождает самоедство.**

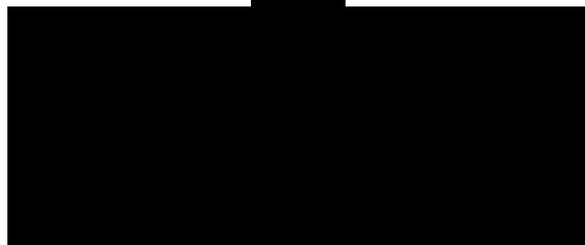
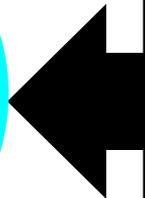
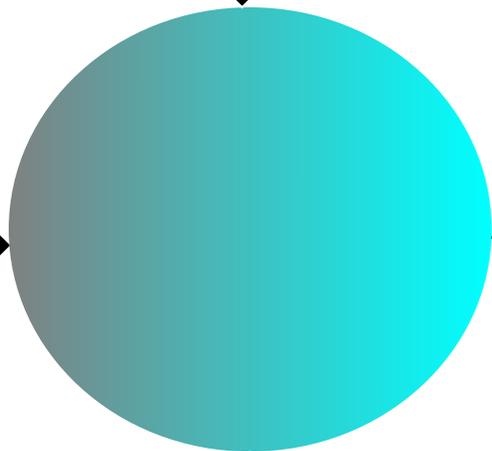
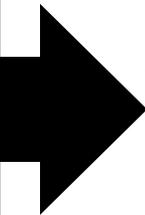
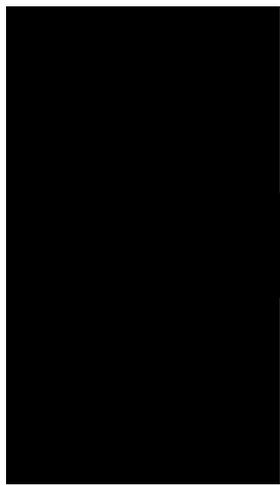
**Душа мучает тело,  
жаждет пищи - эмоций...**



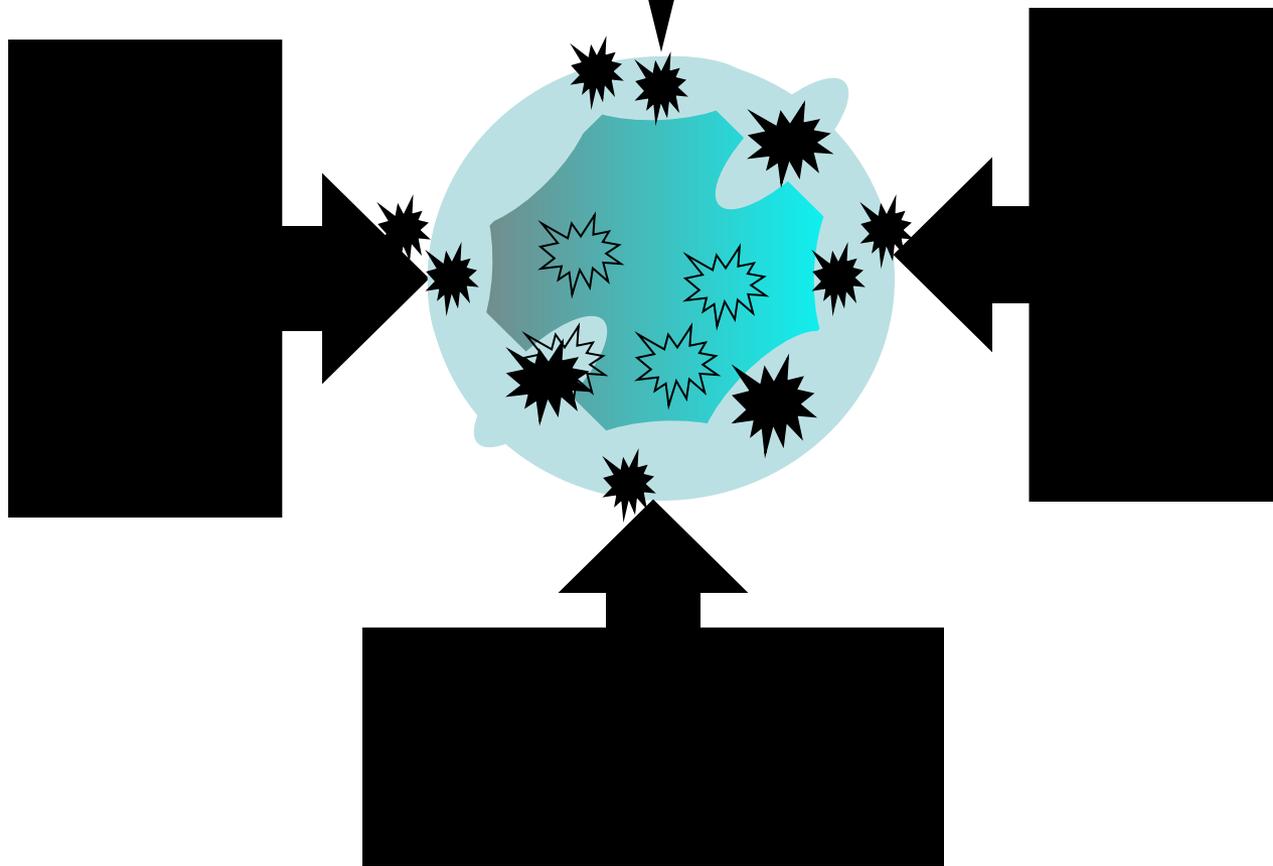
# Значение попущения духовного пресса



**Помыслы из  
трансцендентного  
мира**

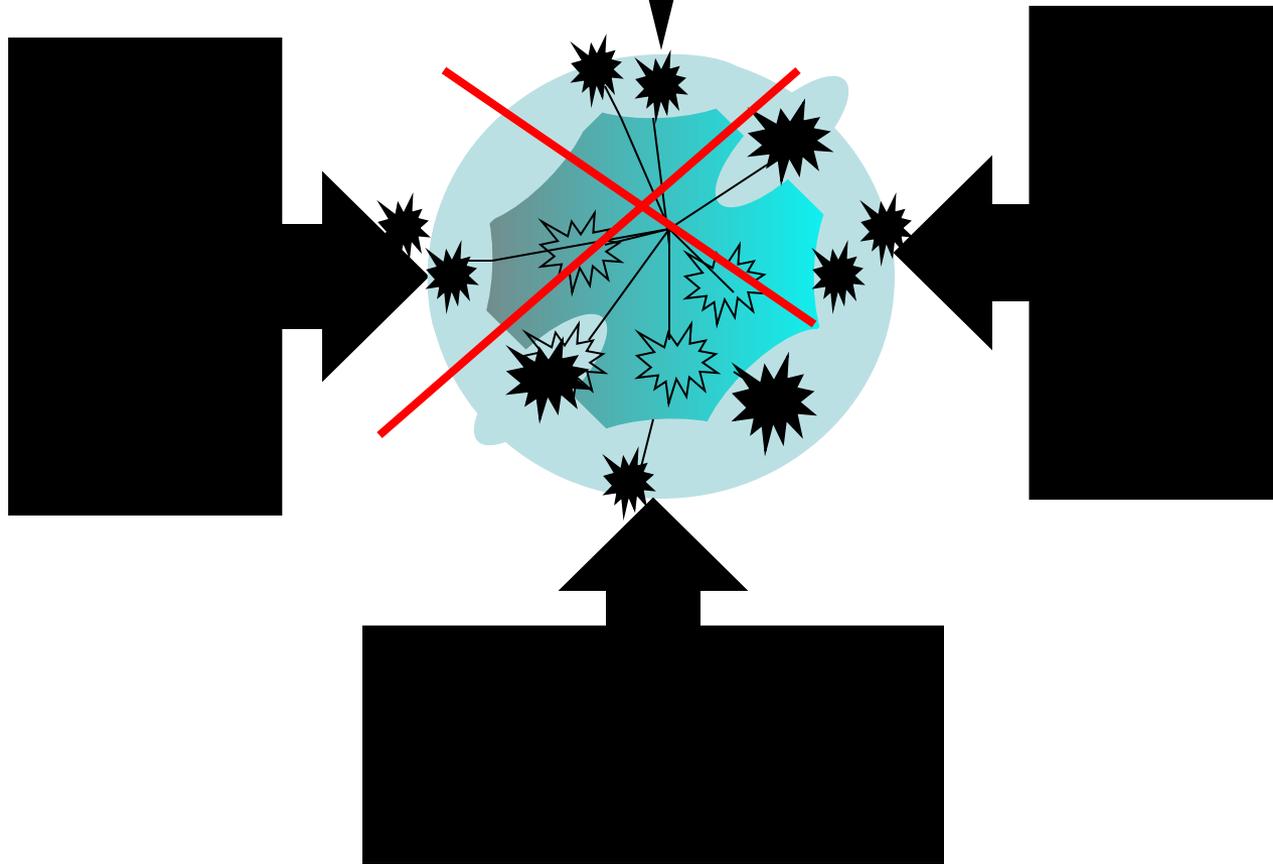


**ТРАНСФОРМАЦИЯ**



**Духовный  
пресс  
выжимает  
из души  
корни  
страстей  
и они по  
сходному  
мосту  
уходят к  
своему  
источнику**

~~транзитерудеинито~~



**Важно при  
ЭТОМ  
их не  
удерживать  
в себе, а  
обнаруживать  
И  
отрекаться  
от них,  
отсекать...**

**Что делать ???**



**5**

**Важно найти  
необходимые  
средства**



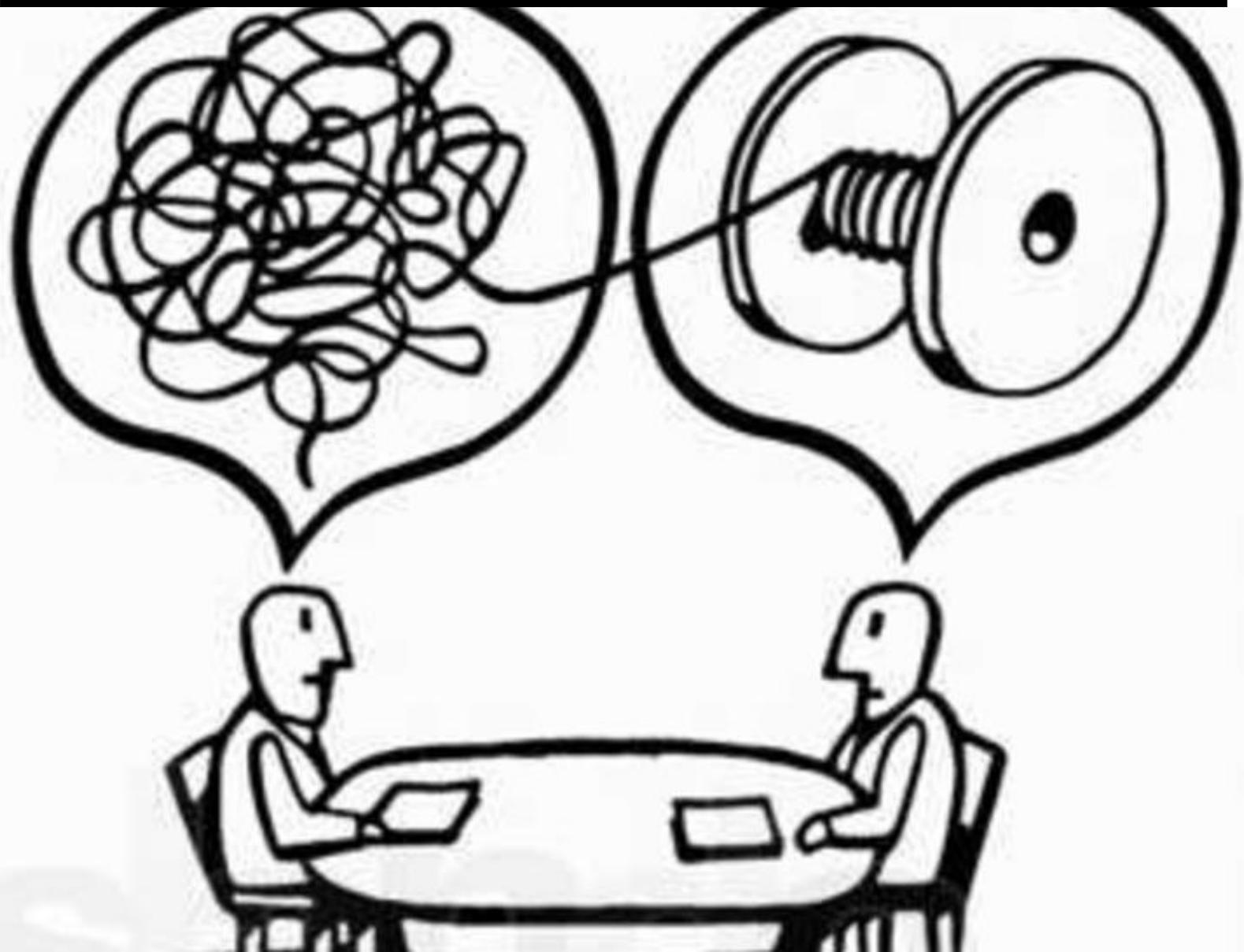
**и правильно  
их использовать  
для  
соответствующей  
рефлексии**



**Есть проблема:  
изучи механизмы  
психики и реши её**



**Не можешь решить проблему  
- опиши её !!!**



Не кому описать, опиши её сам себе !!!



**Освободись  
от социального  
давления**





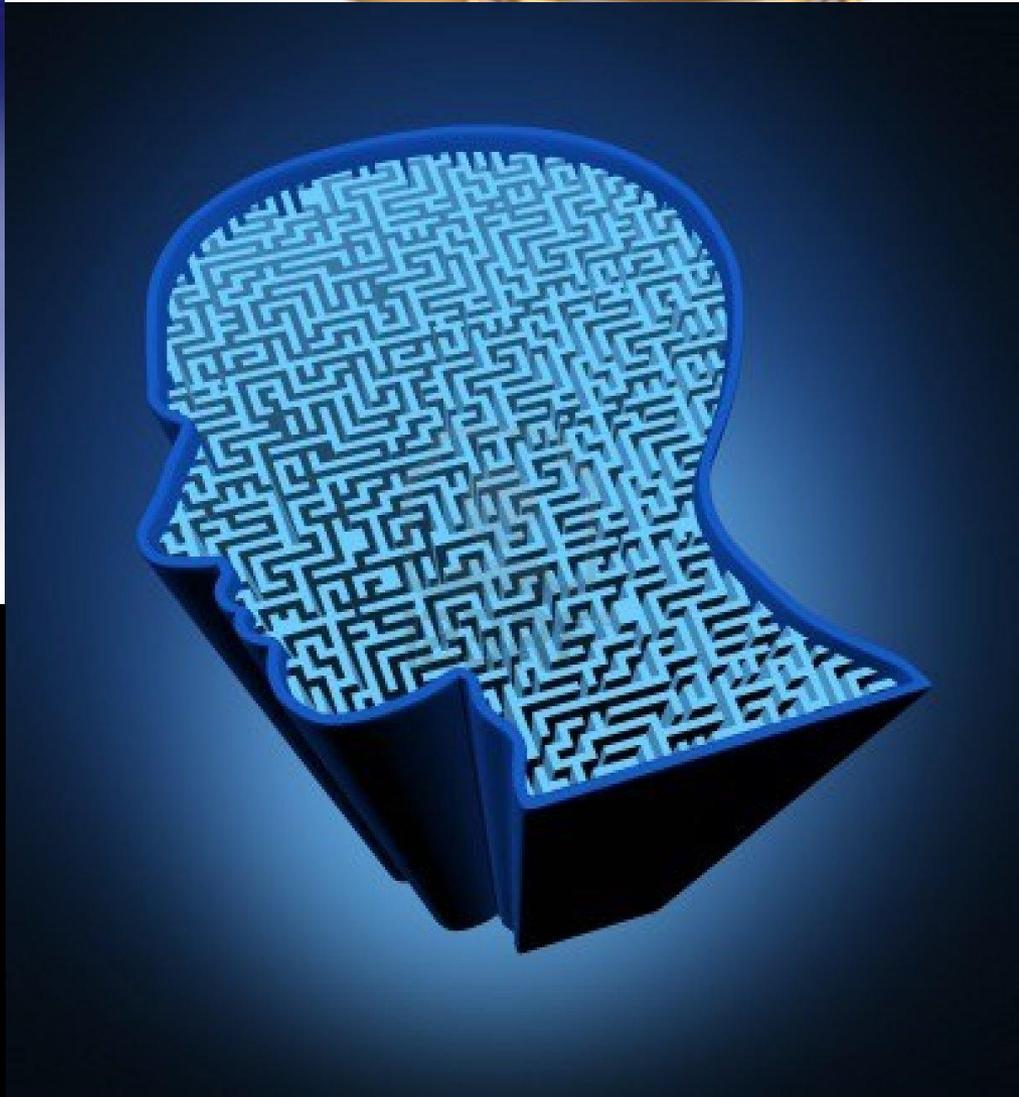
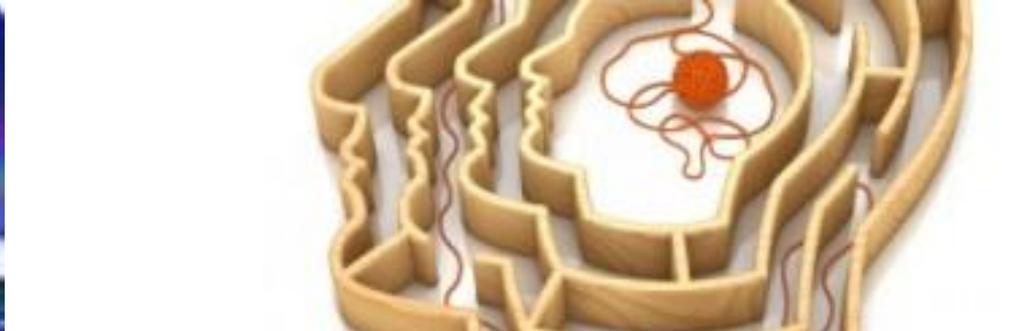
**Посиди наедине с собой**



**Сними маски, приготовленные для общества**

# Познакомься с самим собой

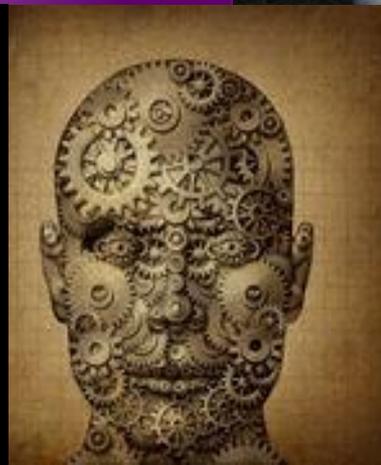


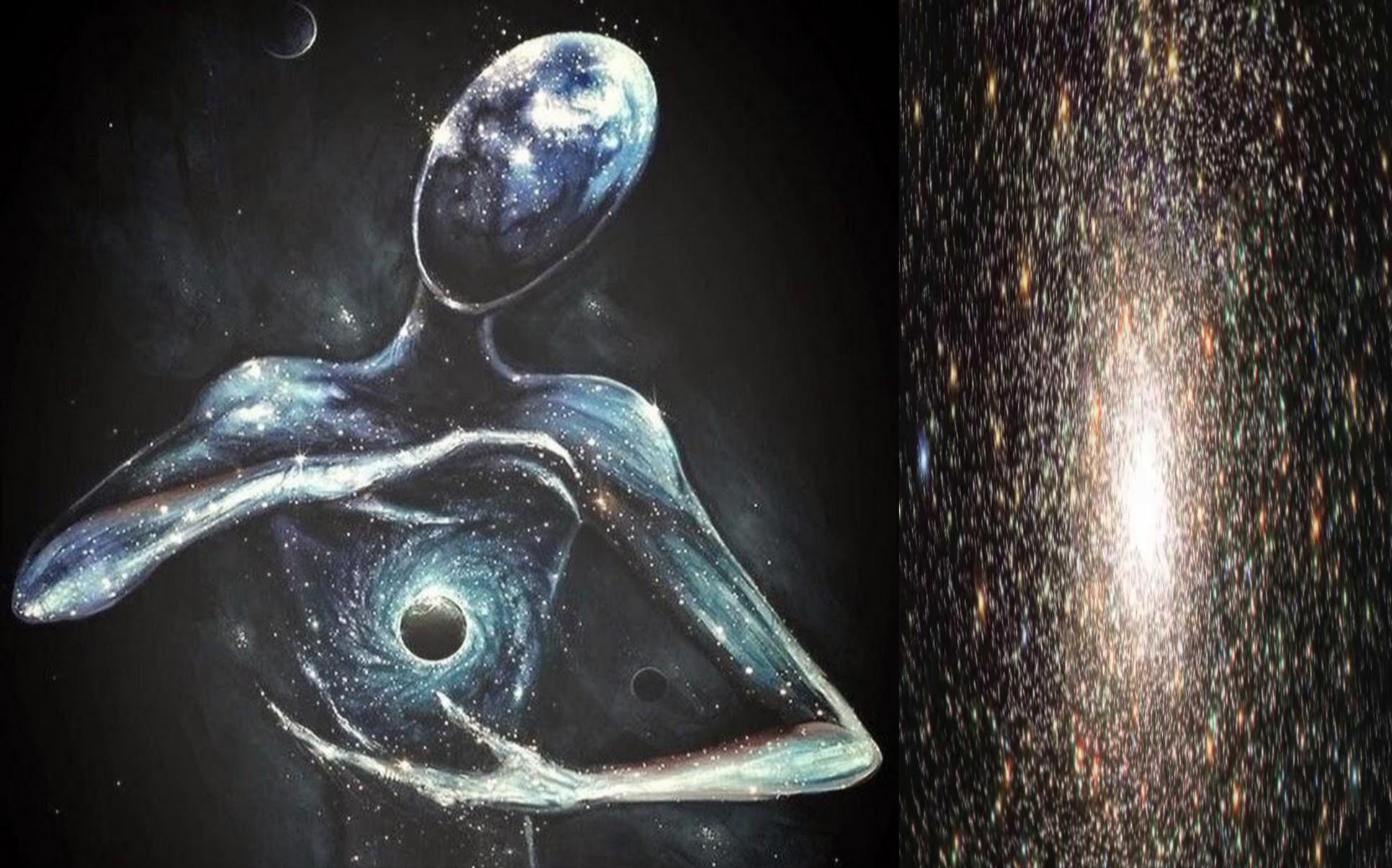


**Осознай  
глубину  
своей души,  
корни мотивации**



**Открой для себя  
свой забытый  
внутренний мир**





**Депрессия – это актуализация  
моего «Я», того, которое не от мира сего...**



**Самый искренний  
разговор -  
это разговор с сами  
собой.**



**Выдохни и отпусти корни,  
стволы которых  
выкорчеваны бурей  
на житейском море.  
Прости всех !!!**



**Выдохни и  
отпусти всё что ушло -  
всё и плохое и хорошее  
их роль в излечении твоей души закончена,  
впереди новые процедуры...**

**Скажи всем – СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ!!!**



***Поблагодари Врача Небесного  
за лечение твоей души***



***Попроси Его  
помочь тебе  
вести себя  
правильно  
во время  
следующих  
лечебных  
процедур***

*Открой  
глаза души – ум  
посмотри  
на всё как на  
курс лечения  
души*





*... и вперёд  
к новым  
зеркалам и  
инструментам*