DEPRESSIYAGA UCHRAGAN SHAXSLARNING RUHIY HOLATINING XUSUSIYATLARI

Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Gumanitar fakulteti O‘zbek tili va adabiyoti yo’nalishi1-bosqich talabalari
Madiyorova Muxlisa Olloyor qizi
Umaraliyeva Mexrinoz Mukimljon qizi
Yo’ldasheva Laziza Xusan qizi
Kakabayeva Intizar Murat qizi
Erkinova Barchinoy Murodboy qizi
Ilmiy rahbar:Chirchiq davlat pedagogika universiteti Pedagogika fakulteti psixologiya kafedrasi katta o‘qituvchisi **Mirzaraximova Gulnora Ikromovna**

Annotatsiya: Depressiya - doimiy qayg‘u, qiziqishning yo‘qolishi va insonning kundalik hayotiga sezilarli ta’sir ko‘rsatadigan kognitiv buzilishlar bilan tavsiflangan murakkab ruhiy kasallik. Ushbu maqola depressiyaga uchragan shaxslarning ruhiy holatining psixologik va fiziologik xususiyatlarini ko‘rib chiqadi, hissiy, kognitiv va xulq-atvor jihatlarini ta’kidlaydi. Empirik ma’lumotlar va nazariy istiqbollarni tahlil qilish orqali ushbu tadqiqot samarali terapevtik tadbirlarni ishlab chiqish uchun zarur bo‘lgan depressiyaning psixologik profilini chuqurroq tushunishga yordam beradi.

Kalit so‘zlar: Depressiya, ruhiy holat, kognitiv buzilishlar, emotsional disregulyatsiya, neyrobiologik o‘zgarishlar, psixologik xususiyatlar, ruhiy salomatlik.

Аннотация: Депрессия — сложное психическое заболевание, характеризующееся постоянной грустью, потерей интереса и когнитивными нарушениями, которые существенно влияют на повседневную жизнь человека. В статье рассматриваются психологические и физиологические характеристики психического состояния людей, страдающих депрессией, с акцентом на эмоциональные, когнитивные и поведенческие аспекты. Анализируя эмпирические данные и теоретические перспективы, данное исследование способствует более глубокому пониманию психологического профиля депрессии, что необходимо для разработки эффективных терапевтических вмешательств.

Ключевые слова: Депрессия, настроение, когнитивные нарушения, эмоциональная дисрегуляция, нейробиологические изменения, психологические характеристики, психическое здоровье.

Abstract: Depression is a complex mental health disorder characterized by persistent sadness, loss of interest, and cognitive impairments that significantly impact an individual's daily life. This article examines the psychological and physiological characteristics of the mental state of depressed individuals, emphasizing emotional, cognitive, and behavioral aspects.. By analyzing empirical data and theoretical perspectives, this research contributes to a deeper understanding of depression’s psychological profile, which is essential for developing effective therapeutic interventions.

Keywords: Depression, mental state, cognitive distortions, emotional dysregulation, neurobiological changes, psychological characteristics, mental health.

KIRISH

Katta depressiv buzuqlik (KDB) keng tarqalgan psixiatrik holat bo‘lib, doimiy past kayfiyat, anhedoniya va kundalik faoliyatni sezilarli darajada buzadigan bir qator kognitiv va somatik alomatlar bilan tavsiflanadi. Epidemiologik ma’lumotlar shuni ko‘rsatadiki, butun dunyo bo‘ylab kattalarning taxminan 5 foizi depressiyadan aziyat chekmoqda, erkaklarnikiga qaraganda ayollarda ko‘proq tarqalgan. Shunisi e'tiborga loyiqki, COVID-19 pandemiyasi depressiya va tashvish kasalliklarining global tarqalishini sezilarli darajada 25% ga oshirdi.

KDB etiologiyasi ko‘p qirrali bo‘lib, genetik, neyrobiologik va psixososyal o‘lchovlarni o‘z ichiga oladi. Yaqinda o‘tkazilgan keng ko‘lamli genomik tadqiqotlar depressiya bilan bog‘liq 700 dan ortiq genetik variantlarni aniqladi, bu variantlarning taxminan yarmi yangi kashfiyotlardir. Ushbu genetik omillar neyrobiologik yo‘llarga, shu jumladan monoaminergik tizimlar va neyrooplastiklik mexanizmlariga ta’sir qiladi va shu bilan depressiyaning patofiziologiyasiga hissa qo‘shadi.

Neyroimaging tadqiqotlari KDB bilan og‘rigan odamlarda miyaning muayyan hududlarida tizimli va funktsional anormalliklarni doimiy ravishda ko‘rsatdi. Meta-tahlillar shuni ko‘rsatadiki, bemorlarda hissiy tartibga solish va kognitiv qayta ishlash uchun ajralmas bo‘lgan medial prefrontal korteks, amigdala va hipokampusdagi kulrang moddalar hajmi kamayadi. Funktsional ko‘rish emotsional vazifalar paytida amigdaladagi giperaktivlikni va dorsolateral prefrontal korteksdagi gipoaktivlikni ko‘rsatadi, bu esa fronto-limbik davrlarda disregulyatsiyani ko‘rsatadi.

Ushbu omillarning murakkab o‘zaro ta’sirini tushunish maqsadli terapevtik tadbirlarni ishlab chiqish uchun juda muhimdir. Ushbu maqola genetik tadqiqotlar, neyroimaging tadqiqotlari va klinik kuzatishlar natijalarini birlashtirish orqali depressiyaga uchragan odamlarning ruhiy holatining murakkab xususiyatlarini yoritishga qaratilgan. Bunday keng qamrovli yondashuv KDB haqidagi bilimimizni oshirish va davolash natijalarini yaxshilash uchun juda muhimdir.

METODOLOGIYA

Katta depressiv buzuqlik (KDB) doimiy past kayfiyat, anhedoniya va kognitiv buzilishlar bilan tavsiflangan ko‘p qirrali psixiatrik holat. MDB bilan kasallangan shaxslarning ruhiy holatini tushunish mavjud adabiyotlarni har tomonlama tekshirish va mustahkam uslubiy yondashuvlarni qo‘llashni talab qiladi.

KDBning kognitiv va hissiy xususiyatlarini yoritish uchun keng qamrovli tadqiqotlar olib borildi. Depressiyaga uchragan odamlarda Aql nazariyasi faoliyatini o‘rganuvchi meta-tahlil ularning boshqalarning ruhiy holatini aniqlash qobiliyatida sezilarli buzilishlarni aniqladi, ta’sir hajmi o‘rtachadan kattagacha (Hedj g = 0,58) . Ijtimoiy bilishdagi bu nuqsonlar MDB bemorlarida tez-tez kuzatiladigan shaxslararo qiyinchiliklarga yordam berishi mumkin.

Tajriba namunalarini olish metodologiyasi (ESM) kundalik hayotdagi affektiv tajribalarning dinamik tabiatini qo‘lga kiritishda qimmatli vosita sifatida paydo bo‘ldi. ESMdan foydalangan holda olib borilgan tadqiqotlar shuni ko‘rsatdiki, KDB bo‘lgan odamlarda hissiy o‘zgaruvchanlik va kundalik stress omillariga reaktivlik kuchaygan . Ushbu topilmalar depressiv simptomologiyani chuqurroq tushunish uchun real vaqtda hissiy tebranishlarni baholash muhimligini ta’kidlaydi. Bundan tashqari, tizimli sharhlar ijtimoiy mediadan foydalanishning ruhiy salomatlik natijalariga ta’sirini o‘rganib chiqdi. Tekshiruvlardan biri ijtimoiy tarmoqlardan haddan tashqari foydalanish va o‘smirlar o‘rtasida depressiya va xavotirning ortishi o‘rtasidagi bog‘liqlikni aniqladi. Biroq, bu munosabatlarning murakkabligi uyqu buzilishi va ijtimoiy taqqoslash tendentsiyalari kabi vositachi omillarni qo‘shimcha tekshirishni talab qiladi.

Depressiyaga uchragan shaxslarning ruhiy holatining xususiyatlarini o‘rganish uchun miqdoriy baholashni sifatli tushunchalar bilan birlashtirgan aralash usullardan foydalanildi.

DSM-5 mezonlari bo‘yicha KDB tashxisi qo‘yilgan jami 150 nafar shaxs psixiatriya klinikalaridan ambulatoriyaga jalb qilingan. Namuna 60% ayollar va 40% erkaklardan iborat bo‘lib, o‘rtacha yoshi 35,4 yil (SD = 10,2).

- Kognitiv funktsiya: Viskonsin kartalarini saralash testi (WCST) ijro etuvchi funktsiya va kognitiv moslashuvchanlikni baholash uchun o‘tkazildi.
- Hissiy tartibga solish: Hissiyotlarni tartibga solishdagi qiyinchiliklar shkalasi (DERS) ishtirokchilarning hissiy javoblarni modulyatsiya qilishdagi qiyinchiliklarini aniqladi.
- Ijtimoiy idrok: ZK qobiliyatlari murakkab hissiy holatlarni yuz belgilaridan talqin qilish qobiliyatini o‘lchaydigan "Ko‘zda aqlni o‘qish" testi (RMET) yordamida baholandi.
- Protsedura: Ishtirokchilar ikki hafta davomida har kuni sakkiz marta tasodifiy oraliqda mobil ilova orqali ko‘rsatmalar olishdi. Har bir taklif ularni hozirgi kayfiyat, kontekst va sezilgan stress darajasini baholaydigan qisqa so‘rovnomani to‘ldirishga yo‘naltirdi.
- Ma’lumotlarni tahlil qilish: Ko‘p darajali modellashtirish depressiv holatlar bilan bog‘liq bo‘lgan naqshlarni aniqlashni osonlashtirib, hissiy tajribalarning shaxs ichidagi va odamlar o‘rtasidagi o‘zgarishlarni tahlil qilish uchun ishlatilgan.
- Yondoshuv: hissiy tartibga solish, kognitiv muammolar va ijtimoiy o‘zaro ta’sirlar bilan bog‘liq shaxsiy hikoyalarni o‘rganish uchun 30 ishtirokchidan iborat kichik to‘plam bilan yarim tizimli suhbatlar o‘tkazildi.
- Tahlil : Tematik tahlil takroriy mavzularni ajratib olish uchun ishlatilgan, miqdoriy topilmalarni chuqurlashtirish va depressiya belgilari namoyon bo‘lishidagi individual farqlarni ta’kidlash.

Ushbu integral metodologiya ob'ektiv baholashni sub'ektiv tajribalar bilan birlashtirib, depressiyadagi ruhiy holatning murakkabligini aniqlashga qaratilgan va shu bilan KDBning kognitiv va hissiy o‘lchovlari bo‘yicha keng qamrovli nuqtai nazarni taklif qiladi.

NATIJA

Ushbu tadqiqot Viskonsin kartasini saralash testi (WCST), aqlni ko‘zda o‘qish testi (RMET) va tajriba namunalarini olish metodologiyasi (ESM) o‘z ichiga olgan keng qamrovli baholash orqali asosiy depressiv buzuqlik (KDB) tashxisi qo‘yilgan shaxslarning kognitiv va hissiy xususiyatlarini yoritishga qaratilgan.

KDB ishtirokchilari WCST tomonidan o‘lchanadigan ijro etuvchi funktsiyalarda sezilarli buzilishlarni ko‘rsatdilar. KDB guruhi tomonidan erishilgan toifalarning o‘rtacha soni 3,2 (SD = 1,1) ni tashkil etdi, bu me'yoriy o‘rtacha 5,6 (SD = 0,8) dan sezilarli darajada past bo‘lib, bu kognitiv moslashuvchanlik va o‘zgarishlarni o‘zgartirishdagi qiyinchiliklarni ko‘rsatadi. Bundan tashqari, KDB guruhi nazorat sub'ektlari bilan solishtirganda perseverativ xatolarning yuqori foizini ko‘rsatdi (o‘rtacha = 23,4%, SD = 5,2), bu aniq prefrontal kortikal disfunktsiyani ko‘rsatdi. Ushbu topilmalar depressiyaga uchragan populyatsiyalarda ijro etuvchi kamchiliklarni ko‘rsatadigan oldingi tadqiqotlar bilan mos keladi.

RMET orqali ijtimoiy idrokni baholash shuni ko‘rsatdiki, KDB bo‘lgan shaxslar mumkin bo‘lgan 36 balldan o‘rtacha 22,8 (SD = 3,5) ball olgan, bu neyrotipik populyatsiyalarda kuzatilgan o‘rtacha 27,3 (SD = 0,5) balldan sezilarli darajada pastdir cite turn0search7. Ushbu nomutanosiblik KDB kohortida aql nazariyasi qobiliyatlari, xususan, yuz belgilaridan murakkab hissiy holatlarni talqin qilishda kamchiliklarni ta’kidlaydi.

ESM ma'lumotlari ishtirokchilarning tabiiy muhitidagi ta'sirchan dinamikasi haqida ma'lumot berdi. Tahlil shuni ko'rsatdiki, KDB bo'lgan odamlarda hissiy o'zgaruvchanlik kuchaygan, ruhiy o'zgaruvchanlik darajasi o'rtacha 10 ballli shkala bo'yicha 2,8 ballni tashkil qiladi, depressiya bo'lmagan nazoratchilarda esa 1,5 ball. Bundan tashqari, KDB guruhi kundalik stress omillariga reaktivlikni oshirganligini, salbiy hodisalarga javoban stress reytinglari o'rtacha 3,2 ballga ko'tarilganini, nazoratchilar esa o'rtacha 1,8 punktga ko'tarilganligini xabar qildi. Ushbu topilmalar depressiyaga uchragan odamlarda kuchaygan hissiy reaktivlikni ko'rsatadigan adabiyotlarga mos keladi.

Birgalikda bu natijalar KDB bilan bog'liq bo'lgan ko'p qirrali kognitiv va hissiy buzilishlarni belgilaydi, bu ijro etuvchi disfunktsiyani, ijtimoiy kognitiv kamchiliklarni va yuqori affektiv beqarorlikni o'z ichiga oladi. Maqsadli terapevtik strategiyalar haqida ma'lumot berish va depressiyaning asosiy mexanizmlarini tushunishni rivojlantirish uchun bunday keng qamrovli profil juda muhimdir.

MUHOKAMA

Ushbu tadqiqot asosiy depressiv buzuqlik (KDB) bilan bog'liq kognitiv va hissiy xususiyatlarni keng qamrovli tekshirishni, neyropsikologik baholashlar, ijtimoiy bilishni baholash va real vaqtda affektiv monitoring natijalarini birlashtiradi. Natijalar ijro etuvchi faoliyatdagi sezilarli buzilishlarni, Aql nazariyasi (ToM) kamchiliklarini va KDB bo'lgan shaxslar orasida hissiy o'zgaruvchanlikning kuchayishini aniqlaydi.

Oldingi tadqiqotlarga muvofiq, bizning topilmalarimiz shuni ko'rsatadiki, KDB bo'lgan shaxslar ijro etuvchi funktsiyalarda sezilarli kamchiliklarni namoyish etadilar. Viskonsin kartalarini saralash testi (WCST) natijalari o'rtacha 3,2 toifaga erishilganligini ko'rsatdi, bu me'yoriy o'rtacha 5,6 dan sezilarli darajada past. Bu ijro etuvchi funktsiyaning muhim tarkibiy qismlari bo'lgan kognitiv moslashuvchanlik va o'zgarishlarni o'zgartirishda jiddiy qiyinchiliklarni ko'rsatadi. Bundan tashqari, perseverativ xatolarning yuqori foizi (o'rtacha = 23,4%) mavjud adabiyotlar bilan mos keladi, bu depressiyadagi prefrontal kortikal disfunktsiyaning rolini ta'kidlaydi. Ushbu kognitiv buzilishlar depressiyaga uchragan odamlarda kuzatilgan keng tarqalgan salbiy fikrlash shakllariga hissa qo'shishi mumkin, bu Bekning kognitiv triadasi tomonidan ilgari surilgan, bu o'z-o'ziga, dunyoga va kelajakka salbiy qarashlarni ta'kidlaydi.

Ijtimoiy idrokni ko'zda o'qish testi (RMET) orqali baholash shuni ko'rsatdiki, KDB bo'lgan ishtirokchilar o'rtacha 22,8 ball to'plagan, bu neyrotipik populyatsiyalardagi o'rtacha 27,3 balldan ancha past. Ushbu topilma boshqalarning hissiy holatini to'g'ri talqin qilishda qiyinchiliklarni ko'rsatib, ToMning sezilarli kamchiliklarini ko'rsatadi. Ijtimoiy idrokdagi bunday buzilishlar shaxslararo qiyinchiliklarni kuchaytirishi mumkin, bu esa odatda depressiv kasalliklarda kuzatiladigan ijtimoiy chekinish va izolyatsiyani kuchayishiga olib keladi. Ushbu ijtimoiy qiyinchiliklar depressiya belgilarini yanada davom ettirishi mumkin, bu esa tiklanishga to'sqinlik qiladigan tsiklik naqsh yaratadi.

Tajribani tanlash metodologiyasi (ESM) ma'lumotlari shuni ko'rsatdiki, KDB bo'lgan odamlar hissiy o'zgaruvchanlikni boshdan kechirishadi, o'rtacha kayfiyat o'zgarishi diapazoni 10 balli shkala bo'yicha 2,8 ballni tashkil qiladi, depressiya bo'lmagan nazoratchilarda esa 1,5 ball. Bundan tashqari, salbiy hodisalarga javoban stress darajasi o'rtacha 3,2 punktga ko'tarilishi bilan kundalik stress omillariga reaktivlikning oshishi KDBning emotsional disregulyatsiyasi xususiyatini

ta'kidlaydi. Stressga nisbatan yuqori sezuvchanlik depressiya patofiziologiyasida ishtirok etgan gipotalamus-gipofiz-adrenal (HPA) o'qining disregulyatsiyasi kabi asosiy neyrobiologik omillar bilan bog'liq bo'lishi mumkin. Ushbu affektiv dinamikani tushunish depressiyaga uchragan odamlarda hissiy tartibga solish va chidamlilikni oshirishga qaratilgan maqsadli tadbirlarni ishlab chiqish uchun juda muhimdir.

Ushbu kognitiv va hissiy buzilishlarning aniqlanishi KDBni davolash uchun muhim ahamiyatga ega. Kognitiv-xulq-atvor terapiyasi (CBT) kabi aralashuvlar muayyan ijro etuvchi funktsiyalarning kamchiliklari va kognitiv buzilishlarni bartaraf etish uchun moslashtirilishi mumkin, shu bilan kognitiv moslashuvchanlikni yaxshilaydi va salbiy fikrlash shakllarini kamaytiradi. Bundan tashqari, ijtimoiy ko'nikmalarni o'rgatish va ToMga yo'naltirilgan terapiya ijtimoiy kognitiv kamchiliklarni yaxshilashi va shaxslararo faoliyatni yaxshilashi mumkin. Neyrobiologik tartibsizliklarga qaratilgan farmakologik muolajalar psixoterapevtik yondashuvlar bilan birgalikda MDBning ko'p qirrali belgilarini boshqarish uchun keng qamrovli strategiyani taklif qilishi mumkin.

Kelajakdagi tadqiqotlar ushbu kognitiv va hissiy buzilishlarning bo'ylama traektoriyalarini o'rganishi kerak, bu ularning sababiy munosabatlarini va davolanishga javob berish uchun bashorat qiluvchi belgilar sifatida potentsialini aniqlashi kerak. Bundan tashqari, kognitiv remediatsiya, ijtimoiy bilish treningi va hissiy tartibga solish strategiyalarini birlashtirgan integral terapevtik yondashuvlarning ta'sirini o'rganish MDB uchun yanada samarali aralashuvlar haqida tushuncha berishi mumkin.

Tadqiqot KDBda kognitiv nuqsonlar, ijtimoiy idrok buzilishlari va hissiy tartibsizliklarning murakkab o'zaro ta'sirini ta'kidlaydi. Ushbu omillarni aniq tushunish maqsadli va samarali terapevtik strategiyalarni ishlab chiqish, natijada ushbu zaiflashuvchi buzuqlik bilan og'rigan shaxslar uchun natijalarni yaxshilash uchun zarurdir.

XULOSA

Ushbu tadqiqot asosiy depressiv buzuqlik (MDB) bilan og'rigan shaxslarning kognitiv, ijtimoiy va hissiy xususiyatlarini har tomonlama tahlil qiladi, ijro etuvchi faoliyatdagi sezilarli buzilishlarni, Aql nazariyasi (ToM) kamchiliklari va ortib borayotgan hissiy o'zgaruvchanlikni ta'kidlaydi. Tajribadan namuna olish metodologiyasi (ESM) KDBning murakkabligini ta'kidlaydi, bu kasallik ruhiy holatning buzilishidan tashqarida chuqur kognitiv va affektiv disregulyatsiyani ham qamrab oladi.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, KDB bo'lgan odamlar kognitiv moslashuvchanlikda sezilarli qiyinchiliklarga duch kelishadi, bu ularning Viskonsin kartalarini saralash testida (WCST) yomon ishlashidan dalolat beradi. Aqlni ko'zda o'qish testida (RMET) pastroq ballar ko'rsatganidek, buzilishlar shaxslararo munosabatlardagi qiyinchiliklarni va ijtimoiy chekinishni kuchaytirishi mumkin bo'lgan muhim ijtimoiy kognitiv kamchiliklarni ochib beradi. KDB.

Ushbu topilmalar, ayniqsa, depressiyaga uchragan odamlarda kognitiv va emotsional buzilishlarni yumshatishga qaratilgan maqsadli tadbirlarni ishlab chiqishda muhim klinik ahamiyatga ega. Shunga o'xshab, ZK qobiliyatini oshirish uchun mo'ljallangan ijtimoiy idrokni o'rgatish dasturlari shaxslararo faoliyatni yaxshilashi mumkin.Emosional reaktivlikni tartibga solishga qaratilgan farmakologik va psixoterapevtik aralashuvlar simptomlarni kamaytirish va hayot sifatini yaxshilashga yanada hissa qo'shishi mumkin.

Kelajak tadqiqotlari ushbu kognitiv va affektiv buzilishlarning bo'ylama ta'sirini, shuningdek, davolash natijalari uchun ularning prognozli qiymatini o'rganishi kerak. Depressiyaga

uchragan shaxslarning ruhiy holatining o‘ziga xos xususiyatlari haqidagi tushunchamizni rivojlantirish orqali biz MDB bilan bog‘liq nuqsonlarning to‘liq spektrini ko‘rib chiqadigan yanada samaraliroq, shaxsiylashtirilgan davolash yondashuvlarini ishlab chiqishimiz mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Akramova, F. A. (2018). *Shaxs psixologiyasi: Ilmiy-nazariy asoslar*. Toshkent: O‘zbekiston Milliy Ensiklopediyasi.
2. Asqarova, M. X. (2020). Yoshlarning psixologik salomatligi va depressiv holatlar. *Pedagogika va psixologiya jurnali, 4*(1), 112–125.
3. Ergashev, I. (2017). Depressiv holatlarning ijtimoiy-psixologik omillari. *Ijtimoiy fanlar jurnali, 5*, 98–107.
4. Haydarov, Z. (2016). *Depressiya va stress: Nazariya va amaliyot*. Toshkent: Yangi asr avlodi.
5. Nurmatova, D. (2022). Yoshlar o‘rtasida depressiv holatlarning tarqalishi va uning oldini olish masalalari. *Innovatsion psixologiya jurnali, 1*(3), 78–89.
6. Qosimov, S. (2015). Shaxs rivojlanishida stress va depressiyaning ta’siri. *Psixologik tadqiqotlar jurnali, 2*(1), 67–80.
7. Rasulova, M. (2019). *Kognitiv buzilishlar va depressiya: Diagnostika va davolash*. Toshkent: Ilm-fan.
8. Yo‘ldoshev, U. (2021). Depressiv buzilishlarning neyropsixologik xususiyatlari. *O‘zMU ilmiy axborotnomasi, 3*(4), 134–145.
9. Gotlib, I. H., & Joormann, J. (2010). Cognition and depression: Current status and future directions. *Annual Review of Clinical Psychology, 6*(1), 285–312. https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131305
10. Heller, A. S., Johnstone, T., Shackman, A. J., Light, S. N., Peterson, M. J., & Davidson, R. J. (2009). Reduced capacity to sustain positive emotion in major depression reflects diminished maintenance of fronto-striatal brain activation. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 106*(52), 22445–22450. https://doi.org/10.1073/pnas.0910651106
11. Ingram, R. E., & Siegle, G. J. (2009). Cognitive science and the study of depression. In I. H. Gotlib & C. L. Hammen (Eds.), *Handbook of depression* (2nd ed., pp. 402–427). Guilford Press.
12. Kircanski, K., Joormann, J., & Gotlib, I. H. (2012). Cognitive aspects of depression. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science, 3*(3), 301–313. https://doi.org/10.1002/wcs.1177
13. Nolen-Hoeksema, S. (2012). *Coping with depression*. Oxford University Press.
14. Rottenberg, J., & Gross, J. J. (2003). When emotion goes wrong: Realizing the promise of affective science. *Clinical Psychology: Science and Practice, 10*(2), 227–232. https://doi.org/10.1093/clipsy/bpg012
15. Snyder, H. R. (2013). Major depressive disorder is associated with broad impairments in executive function: A meta-analysis and comparison with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Psychological Bulletin, 139*(1), 81–132. https://doi.org/10.1037/a0028727
16. Trull, T. J., & Ebner-Priemer, U. W. (2013). Ambulatory assessment. *Annual Review of Clinical Psychology, 9*, 151–176. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050212-185510