

۲۱۹۹۷۹۲۸

به نام خدا

مروری بر اختلالات اضطرابی: از سبب‌شناسی تا درمان

محمد جمشیدی

یزدان زرخانی

محمد جواد عزیزیان

میلاد غضنفری



عنوان و نام پدیدآور	مروری بر اختلالات اضطرابی: از سبب‌شناسی تا درمان / محمد جمشیدی... (و دیگران).
مشخصات نشر	تهران: سروشگان، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۱۶۰ ص؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک	978-622-6845-32-8
وضعیت فهرست نویسی	فیپا
یادداشت	محمد جمشیدی، یزدان زرخانی، محمدجواد عزیزیان، میلاد غضنفری.
یادداشت	کتابنامه: ص. ۱۴۸ - ۱۶۰.
موضوع	اضطراب -- اختلالات
موضوع	Anxiety disorders
موضوع	اضطراب -- اختلالات -- تشخیص
موضوع	Anxiety disorders -- Diagnosis
موضوع	اضطراب -- اختلالات -- درمان
موضوع	Anxiety disorders -- Treatment
شناسه افزوده	جمشیدی، محمد، ۱۳۷۳-
رده بندی کنگره	BF۵۷۵
رده بندی دیویی	۱۵۲/۴۶
شماره کتابشناسی ملی	۷۵۸۵۸۶۱
وضعیت رکورد	



نام کتاب: مروری بر اختلالات اضطرابی: از سبب‌شناسی تا درمان
نویسندگان: محمد جمشیدی، یزدان زرخانی، محمد جواد عزیزیان،

میلاد غضنفری

ناشر: سروشگان

نوبت چاپ: یکم ۱۴۰۰

شمارگان: ۵۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۴۵-۳۲-۸

قیمت: ۲۳۰۰۰ تومان

تهران، میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، کوچه مهدیزاده پلاک ۲۷، واحد ۲

تلفن: ۶۶۵۹۱۷۷۹، همراه: ۰۹۱۰۶۷۳۰۶۱۳

تارنما و فروشگاه اینترنتی: www.soroushgan.ir

فهرست مطالب

۸.....	فصل اول اختلال اضطراب فراگیر
۸.....	تعریف واژه های نگرانی و اضطراب و اختلال اضطراب فراگیر
۱۰.....	درک اضطراب
۱۱.....	مشکل با اضطراب
۱۱.....	اضطراب هشداردهنده و شناساگر دود بدنتان
۱۲.....	اضطراب در جهان مدرن
۱۴.....	بررسی نگرانی بصورت یک طیف
۱۵.....	عوامل موثر در بروز نگرانی
۱۵.....	موقعیت های غیرقابل پیش بینی
۱۶.....	موقعیت های جدید
۱۷.....	موقعیت های مبهم
۱۹.....	ملاک های تشخیص و شیوع اختلال اضطراب فراگیر
۲۱.....	علایم و پرسشنامه های رایج برای تشخیص اختلال اضطراب فراگیر
۲۲.....	پرسشنامه اضطراب و نگرانی
۲۶.....	مشکلات خواب و خستگی
۲۷.....	مشکلات مربوط به تمرکز
۲۸.....	احساس بی قراری، برانگیختگی و عصبانی بودن
۲۸.....	تحریک پذیری
۲۹.....	تنش عضلانی
۳۰.....	ردیابی نگرانی های
۳۰.....	تمرین: فرم ثبت پایش نگرانی
۳۱.....	نمونه ای از فرم پایش نگرانی

۴ مروری بر اختلالات اضطرابی: از سبب‌شناسی تا درمان

۳۱	نکاتی برای تکمیل فرم ثبت پایش نگرانی
۳۲	تمرین: شناسایی انواع نگرانی‌هایتان
۳۴	درمان اختلال اضطراب فراگیر (درمان شناختی رفتاری)
۳۴	انتظارات و اصول درمان شناختی رفتاری
۳۵	کسب مهارت‌ها
۳۵	تمرکز بر اینجا و اکنون
۴۱	مثبت ABC در درمان شناختی رفتاری
۴۲	روابط متقابل
۴۳	چرخه معیوب
۴۳	ایجاد چرخه معیوب
۴۸	تأثیر شناخت بر عواطف و رفتار
۴۸	تأثیر تغییر رفتار بر عواطف و شناخت
۵۰	یافته‌های پژوهشی در جهت میزان اثر بخشی درمان شناختی
۵۲	فصل دوم اختلال استرس پس از سانحه
۵۲	تعریف اختلال استرس پس از سانحه و هلال ایجاد آن
۵۶	تاریخچه اختلال استرس پس از سانحه
۵۶	تشخیص افتراقی اختلال استرس پس از سانحه
۵۷	پیش آگهی اختلال استرس پس از سانحه
۵۸	میزان شیوع اختلال استرس پس از سانحه
۵۸	فرآیندهای روان شناختی و PTSD
۵۸	حافظه و PTSD
۶۱	تجزیه و PTSD
۶۲	واکنش‌های شناختی - هیجانی و PTSD
۶۳	باورها و PTSD
۶۴	راهبردهای مقابله شناختی و PTSD
۶۵	نقش حمایت‌های اجتماعی خانوادگی و عقاید مذهبی در PTSD
۶۵	اتیولوژی و درمان اختلال استرس

۶۵.....	پس از سانه
۶۵.....	مدل زیست شناختی
۶۷.....	مدل شناختی - رفتاری
۷۴.....	نظریه پردازش هیجانی
۷۶.....	مدل فراشناختی
۷۸.....	ابزارهای سنجش اختلال استرس
۸۸.....	فصل سوم اختلال فوبی اجتماعی
۸۸.....	تعریف اختلال فوبی اجتماعی
۸۹.....	معیارهای تشخیص اختلال اضطراب اجتماعی در DSM 5
۹۲.....	انواع اضطراب اجتماعی
۹۲.....	میزان شدت اختلال فوبی اجتماعی
۹۳.....	عوامل زیربنایی ایجاد اضطراب اجتماعی
۹۴.....	سن شروع اختلال اضطراب اجتماعی
۹۴.....	همزمانی اضطراب اجتماعی با اختلالات دیگر
۹۵.....	آسیبها و پیامدها اختلال اضطراب اجتماعی
۹۶.....	درمانهای تخصصی اختلال اضطراب اجتماعی
۹۶.....	۱- روان درمانی
۹۷.....	- تکنیک مواجهه
۹۸.....	- روش حساسیت زدایی منظم
۹۹.....	- تکنیک باز سازی شناختی
۹۹.....	- درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش
۹۹.....	۲- نوروفیدبک
۱۰۰.....	۳- مدلینگ (یادگیری مشاهدهای)
۱۰۰.....	۴- دارو درمانی
۱۰۲.....	فصل چهارم اختلال اضطراب جدایی
۱۰۲.....	تعریف اختلال اضطراب جدایی
۱۰۲.....	انواع اختلال اضطراب جدایی

نشانه‌ها و علائم اختلال اضطراب جدایی در DSM-5	۱۰۳
علل ایجاد اختلال اضطراب جدایی	۱۰۵
شروع اختلال اضطراب جدایی	۱۰۷
همزمانی با اختلالات دیگر	۱۰۸
آسیبها و پیامدهای اختلال اضطراب جدایی	۱۰۸
درمانهای تخصصی اختلال اضطراب جدایی	۱۰۹
۲- خانواده درمانی	۱۱۱
۳- بازی درمانی	۱۱۱
۴- یادگیری مشاهده‌ای	۱۱۲
۵- حل مسئله	۱۱۲
۶- دارو درمانی	۱۱۲
راهکارهایی برای والدین و معلمان گرامی برای کمک به کودک دارای اختلال اضطراب جدایی	۱۱۳
مدیریت اضطراب جدایی کودک در زمان خواب	۱۱۸
روشهای کاهش نشانههای اختلال اضطراب جدایی	۱۱۹
فصل پنجم اختلال وسواس فکری - اجباری	۱۳۰
تعریف اختلال وسواس فکری-اجباری	۱۳۰
انواع اختلال وسواس فکری-اجباری	۱۳۱
وسواسهای اجباری، وظایف زیر را به عهده دارند	۱۳۱
میزان شدت وسواس فکری- اجباری	۱۳۱
علائم هشدار دهنده وسواس فکری-اجباری	۱۳۲
نشانه‌ها و علائم اختلال وسواسی - اجباری در DSM-5	۱۳۳
علل ابتلا به اختلال وسواس فکری-اجباری	۱۳۶
سن شروع اختلال وسواس فکری -اجباری	۱۴۳
همزمانی با اختلالات دیگر	۱۴۳
آسیبها و پیامدهای اختلال وسواس فکری- اجباری	۱۴۳
درمانهای تخصصی اختلال وسواس فکری -اجباری	۱۴۴

www.ketab.ir