

اختلال استرس پس از سانحه

(PTSD)

نویسنده:

دکتر: مایند

(Mind Center)

مترجمین:

رزیتا آستانه، مؤسسان کاکانیا، زهرا ابراهیمی، سرور ماحی

ویراستار علمی:

سحر قلی بیگی

عنوان و نام پدیدآور: اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) / نویسنده مرکز مایند (Mind center)؛
 مترجمین رزیتا آستانه... [و دیگران]؛ ویراستار علمی سحر قلی‌بیگی.
 مشخصات نشر: تهران: انتشارات روان داد، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۷۰ ص.

شابک: 978-622-684224-2: ۱۷۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)

یادداشت: مترجمین رزیتا آستانه، مژگان کاکانیا، زهرا ابراهیمی، سرور مدحی.

موضوع: اختلال فشار روانی پس آسیبی

Post-traumatic stress disorder: موضوع

موضوع: اختلال فشار روانی پس آسیبی — درمان

Post-traumatic stress disorder -- Treatment: موضوع

شناسه افزوده: آستانه، رزیتا، ۱۳۶۶ — مترجم

شناسه افزوده: قلی‌بیگی، سحر، ۱۳۵۲ — ویراستار

شناسه افزوده: مرکز مایند

شناسه افزوده: Mind center

رده بندی کنگره: ۶۱۵.۵۵۲

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۵۲۱

شماره کتابشناسی ملی: ۶۰۸۷۳۵۳

اختلال استرس پس از سانحه (PTSD)

مرکز مایند (Mind Center)

رزیتا آستانه، مژگان کاکانیا، زهرا ابراهیمی، سرور مدحی

سحر قلی‌بیگی

سحر قلی‌بیگی

روان‌داد

۱۰۰۰ نسخه

اول / ۱۳۹۸

آبان

۹۷۸-۶۲۲-۶۸۴۲-۲۴-۲

۱۷۰۰۰ ریال

عنوان

نویسنده

مترجمین

ویراستار علمی

صفحه‌آرا

ناشر

تیراژ

نوبت چاپ

چاپ و صحافی

شابک

قیمت

آدرس انتشارات و دفتر فروش: تهران، ضلع شمالی فلکه اول صادقیه،

خیابان سازمان آب، پلاک ۳۱۲، طبقه ۱، واحد ۳

شماره تماس: ۴۴۲۵۲۳۳۹ - ۴۴۹۷۴۹۹۳ فکس: ۴۴۳۷۵۱۹۷



مقدمه ناشر

یکی از راه‌های کمال و تقرب به ذات اقدس الهی، علم و دانش است. علمی که زیبایی عقل است؛ علمی که انسان خداجو در آن نشانه‌های معبود را می‌جوید و می‌یابد و علمی که هرچه فزون‌تر می‌گردد، دارنده آن را به خدا نزدیک‌تر می‌کند.

انتشارات «روان‌داد» در جهت توسعه آموزش و گسترش مفاهیم به‌روز و کاربردی روان‌شناسی با همکاری موسسه قاموس عدل علم‌گستر و تحت نظر مشاوره و تدریس «استاد حاج» قدام به تدوین و طراحی دوره‌های تربیت مترجم روان‌شناسی ویژه دانشجویان، فارغ‌التحصیلان، اساتید حوزه روان‌شناسی و مشاوره نموده است. در واقع، کتاب حاضر، حاصل کوشش دانشجویان، متخصصان و اساتید روان‌شناسی و مشاوره در دوره آموزشی تربیت مترجم روان‌شناسی می‌باشد. در این دوره‌ها، کتاب‌های نوین و کاربردی در حیطه‌های مختلف روان‌شناسی انتخاب شده و با نگاه علمی و آموزشی در طی دوره مورد تجزیه و تحلیل و ترجمه قرار گرفته و در نهایت به اسم افراد حاضر در دوره چاپ گردیده است. امید است این دوره بتواند نیاز آموزشی دانشجویان، فارغ‌التحصیلان و اساتید این حوزه مهم را تا حد زیادی مرتفع سازد.

فهرست مطالب

- ۱۰..... اختلال استرس پس از سانحه چیست؟
- ۱۰..... چه موقع تشخیص داده می شود؟
- ۱۱..... آیا PTSD انواع مختلف دارد؟
- ۱۲..... تجربیات مواجهه با برجسب (انگ زدن).....
- ۱۳..... نشانه ها- آن چیست؟
- ۱۳..... نشانه های شایع PTSD.....
- ۱۵..... چرا اختلال PTSD اثرات جسمانی دارد؟
- ۱۵..... فلش بک ها چه هستند؟
- ۱۶..... اثرات دیگر PTSD.....
- ۱۷..... PTSD و سایر مشکلات سلامت روان.....
- ۱۹..... علت PTSD چیست؟
- ۲۰..... آیا برخی از افراد در معرض خطر بیش تر ابتلا به PTSD هستند؟
- ۲۲..... PTSD مرکب چیست؟
- ۲۳..... PTSD مرکب و فلش بک های هیجانی.....
- ۲۴..... علت PTSD مرکب چیست؟
- ۲۵..... چه درمان هایی وجود دارد؟
- ۲۶..... چگونه می توانم به خودم کمک کنم؟
- ۲۸..... عوامل محرک خود را بشناسید.....

- ۲۸..... به یک نفر اعتماد کنید.....
- ۲۸..... به خودتان فرصت دهید.....
- ۲۹..... حمایت همسالان را امتحان کنید.....
- ۲۹..... به دنبال حمایت متخصصین باشید.....
- ۲۹..... مراقب سلامت جسمی خود باشید.....
- ۳۱..... چه درمان‌هایی در دسترس هستند؟.....
- ۳۱..... گفتاردرمانی برای PTSD.....
- ۳۲..... اگر احساس بهتری ندارید، باشم چه خواهد شد؟.....
- ۳۳..... دارودرمانی برای PTSD.....
- ۳۴..... سایر گزینه‌های درمانی.....
- ۳۵..... دسترسی به درمان.....
- ۳۶..... دوستان و خانواده چگونه می‌توانند کمک کنند.....
- ۳۶..... گوش دادن به آنها.....
- ۳۷..... قضاوت نکنید.....
- ۳۷..... عوامل محرک آن‌ها را بشناسید.....
- ۳۸..... به فضای شخصی آن‌ها احترام بگذارید.....
- ۳۸..... به دنبال علائم هشداردهنده باشید.....
- ۳۹..... واژه‌نامه.....