

اضطراب امتحان و راهبردهای روانشناختی مقابله با آن

www.ketab.ir

محبوبه کربلایی

الناز آذری

سرشناسه	کربلایی، محبوبه. ۱۳۶۰ -
عنوان و نام پدیدآور	اضطراب امتحان و راهبردهای روانشناختی مقابله با آن [کتاب] / محبوبه کربلایی، النا آذری.
مشخصات نشر	تهران: هفتان، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	۱۱۰ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۷۵۱۳-۳۷-۸
وضعیت فهرست نویسی	فبا
یادداشت	کتابخانه.
موضوع	تربس از امتحان
موضوع	Test anxiety
موضوع	اضطراب -- درمان
موضوع	Anxiety -- Treatment
موضوع	اضطراب -- آزمونها
موضوع	Anxiety -- Testing
موضوع	شاگردان -- خدمات بهداشت روانی
موضوع	Students -- Mental health services
سلسله افزوده	آذری، النا، ۱۳۶۰ -
رده سدی کنگره	۱۳۹۶ الفب/ک/۶/۴ LBT۰۶۰
رده سدی دیویی	۳۷۱/۲۶۰۱۹
شماره کاتالوگ ملی	۲۷۲۰۲۲۲

نام کتاب: اضطراب امتحان و راهبردهای روانشناختی مقابله با آن

نویسنده: محبوبه کربلایی، النا آذری

ناشر: هفتان

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه - وزیری - ۱۱۰ صفحه

سال چاپ: اول ۱۳۹۶

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۵۱۳-۳۷-۸

قیمت: ۹۰۰۰۰ ریال

ناظر چاپ: شهرام رضایی

تلفن مرکز پخش: ۰۲۱۶۶۹۵۰۲۶۴

آدرس: تهران میدان انقلاب خیابان فخررازی

ISBN: 978-600-7513-37-8



786007 513378

فهرست مطالب

فصل اول. اضطراب امتحان.....	۱
فصل دوم. علایم روانشناختی و شناختی اضطراب.....	۳۱
فصل سوم. مبانی نظری.....	۵۹
فصل چهارم. رویکردهای مقابله با اضطراب آزمون.....	۸۹
منابع.....	۹۴