

**اختلالات اضطرابی دانش آموزان
وراه های درمان آن**

مؤلف:

فروزان ناصری

ثنا محمدزاده



- سرشناسه : ناصری، فروزان، ۱۳۵۸-
عنوان و نام پدیدآور : اختلالات اضطرابی دانش آموزان و راه‌های درمان آن / مولف فروزان ناصری، ثنا محمدزاده.
مشخصات نشر : مشهد: انتشارات جالیز، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری : ۱۱۳ ص.
شابک : ۴۰۰۰۰۰ ریال-3-604-622-978 :
وضعیت فهرست نویسی : فیبا
یادداشت : کتابنامه.
موضوع : اضطراب -- اختلالات
موضوع : Anxiety disorders
موضوع : اضطراب -- اختلالات -- درمان
موضوع : Anxiety disorders -- Treatment
شناسه افزوده : محمدزاده، ثنا، ۱۳۸۲-
رده بندی کنگره : ۵۴۱۹۵
رده بندی دیویی : ۶۱۶/۵۳۳
شماره : ۷۶۳۳۳۳
کتابشناسی ملی
وضعیت رکورد : فیبا



اختلالات اضطرابی دانش آموزان و راه‌های درمان آن

فروزان ناصری، ثنا محمدزاده

ناشر: انتشارات جالیز

چاپ: اول، بهار ۱۴۰۰ / ۱۰۰۰ نسخه

قطع: وزیری / تعداد صفحه: ۱۱۳

قیمت: ۴۰۰,۰۰۰ ریال

شابک: ۳-۶۰۴-۲۶۳-۶۲۲-۹۷۸

طراح جلد: صالح مقدم

صفحه آرائی: سعید محمدمهديزاده فیض آبادی

حق چاپ محفوظ است

فهرست مطالب

۱۱	مقدمه
۱۴	اهمیت موضوع اضطراب
۱۶	تعاریف اضطراب
۱۹	شیوه های بیان اضطراب و انواع آن
۲۰	مفهوم اضطراب و استرس
۲۱	مفهوم شناسی اضطراب در منابع اسلامی
۲۴	تفاوت اضطراب و ترس
۲۶	دیدگاه دانشمندان در مورد اضطراب
۲۶	فروید
۲۶	آدلر
۲۶	هورنای
۲۷	یونگ
۲۷	پرز
۲۷	گلاسر
۲۷	انواع اضطراب
۲۸	تقسیم بندی اضطراب

۲۸	الف) اضطراب تعمیم یافته
۲۹	ب) اضطراب ربی
۳۰	ج) فوبیاها (ترس)
۳۱	۱- ترس از مکان های باز
۳۱	۲- ترس اجتماعی
۳۱	۳) ترس های ساده
۳۲	پ) اضطراب اخلاقی
۳۳	ت) وسواس
۳۴	نظریات مختلف در مورد اضطراب
۳۴	نظریه های رفتاری
۳۴	نظریه های شناختی
۳۶	اضطراب و یادگیری
۳۹	اضطراب و پیشرفت تحصیلی
۴۰	عوامل خانوادگی مؤثر بر اضطراب دانش آموز
۴۰	وضعیت اقتصادی - اجتماعی
۴۱	شیوه های فرزند پروری
۴۵	زیان های اضطراب

۴۵	الف) زیان‌های اجتماعی.....
۴۵	ب) زیان‌ها برای زندگی افراد.....
۴۶	افت تحصیلی و اضطراب.....
۴۹	اضطراب امتحان.....
۵۱	تعریف اضطراب امتحان.....
۵۲	اهمیت اضطراب امتحان.....
۵۴	دلایل اضطراب امتحان.....
۵۵	نکاتی مهم در مورد اضطراب امتحان.....
۵۷	شب امتحان زمان یادگیری نیست.....
۵۸	یک ساعت قبل از امتحان مطالعه تعطیل.....
۵۸	صبحانه فراموش نشود.....
۵۹	راه‌های کاهش اضطراب امتحان.....
۶۲	سطوح اضطراب.....
۶۴	الف) انواع بازداری در فرد.....
۶۴	ب) بیان بازداری در سطوح مختلف.....
۶۵	اختلالات اضطرابی.....
۶۶	تظاهرات اضطراب.....

۶۶	اضطراب طبیعی و غیر طبیعی
۶۷	طبقه بندی اختلالات اضطرابی
۶۷	۱- اختلال اضطرابی فراگیر (GAD)
۶۹	اختلال اضطراب فراگیر
۷۰	کلیات اضطراب فراگیر
۷۰	توصیف بیماری
۷۲	علت
۷۲	اختلالات همراه
۷۲	درمان
۷۵	ارزیابی
۷۵	آموزش بیمار
۸۲	۲- اختلال اضطرابی هراس (PHOBIC ANXIETY DISORDER)
۸۳	۳- اختلال وحشت زدگی (PANIC DISORDER)
۸۴	۴- اختلالات وسواسی - اجباری (OBSESSIVE COMPULSIVE DISORDER)
۸۴	نظریه های روانکاوانه اضطراب
۸۴	نظریه فرویدی
۸۶	نظریه نوفرویدی

اضطراب یکی از رایج ترین اختلالات در بین دانش آموزان است که می توان به عنوان ریشه بعضی از مشکلات از آن نام برد. بسیار شنیده ایم که کودکان به دلیل اضطراب به مدرسه نرفته اند. یا اضطراب از امتحان باعث افت درسی آنها شده است یا یک اضطراب اجتماعی به کناره گیری آنان انجامیده است، کم نیستند دانش آموزانی که حتی یک کلمه سرکلاس حرف نمی زنند.

و یا در یک بازی دسته جمعی شرکت نمی کنند، اگر به همه این رفتارها توجه کنیم ریشه ای از اضطراب را در آن ها می بینیم، قرن بیستم را قرن "اضطراب" نامیده اند. در جوامع صنعتی انسانها دائماً در معرض حوادث گوناگون قرار دارند و نگران حال و آینده خود هستند به عبارت دیگر زندگی مدرن امروزی با پیچیدگی خاص خود شرایط زیستی بشر را تغییر داده و موجب شده است تا آدمی شیوه زندگی گذشته را رها کند و برای سازگاری با شرایط جدید تلاش نماید. کودکان و نوجوانان که بیش از هر گروه دیگر در معرض خطر روزافزون ناشی از اضطراب قرار گرفته اند. اثر آن را می توان در رفتارهای اجتماعی و فعالیتهای ذهنی آنها مشاهده کرد، در یادگیری های کلامی نوجوانان مضطرب پاسخ های نامربوط و نامفهوم می دهند و هر قدر مطلب مورد یادگیری دشوارتر باشد این نوع پاسخ ها شدت زیاده تر می خواهند داشت گاه حتی صدای و تکلم او را نیز تحت تاثیر قرار می دهد بدیهی است که اضطراب در نوجوانان مزاحمت بیشتری ایجاد خواهد کرد (عظیمی - ۱۳۶۳)^۱