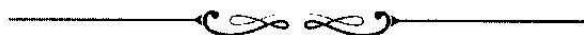


اضطراب از نوع کرونایی



www.ketab.ir

مؤلفان:

نسیم محمدی ، زهره عنایت قوی



سرشناسه	: محمدی، نسیم، ۱۳۶۵-
عنوان و نام پدیدآور	: اضطراب از نوع کرونایی/مولفان نسیم محمدی، زهره عنایت‌قوی.
مشخصات نشر	: گسترش علوم نویی، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۸۹ص.
شابک	: 96-2-9611-622-978:۶۸۰۰۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: کووید-۱۹ -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی COVID-19 (Disease) -- Psychological aspects -- Iran
موضوع	: کروناویروس‌ها -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی Coronaviruses -- Iran -- Psychological aspects اضطراب -- ایران -- جنبه‌های روان‌شناسی Anxiety -- Psychosomatic aspects -- Iran
شناسه افزوده	: عنایت قوی، زهره، ۱۳۶۲-
رده بندی کنگره	: QR۳۹۹
رده بندی دیویی	: ۵۷۹۹/۴۵۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۵۴۷۶۸
اطلاعات رگورد کتابشناسی	: فیبا

www.ketab.ir

عنوان کتاب:	اضطراب از نوع کرونایی
مؤلفان:	نسیم محمدی، زهره عنایت قوی
ویراستار:	هادی احمدی
طراح جلد:	سینا حمیدی
نوبت چاپ:	اول، زمستان ۱۴۰۰
شمارگان:	۱۰۰۰ جلد
شابک:	۹۷۸-۶۲۲-۶۹۱۱-۹۶-۲
تعداد صفحات:	۱۰۰ صفحه
قیمت:	۶۸۰۰۰۰ ریال
انتشارات:	گسترش علوم نویی

۱	پیشگفتار
۳	مقدمه
۶	اهمیت موضوع
۹	بخش اول: اضطراب کرونا
۹	کرونا
۱۰	اضطراب کرونا
۱۳	شیوع اضطراب کرونا
۱۶	اضطراب کرونا و اختلالات
۱۸	میزان شیوع در زنان و مردان
۲۰	نقش اضطراب کرونا بر استرس
۲۳	اضطراب کرونایی و عوامل تأثیرگذار
۲۶	بخش دوم: شیوه‌های مقابله با استرس
۲۶	استرس و راهبردهای مقابله
۲۷	بیماری‌های مرتبط با استرس
۲۸	انواع استراتژیهای مقابله
۳۰	تکنیک‌های مثبت (مقابله سازگاری یا تطبیقی)
۳۱	تکنیک‌های منفی (مقابله ناسازگاری یا عدم سازگاری)
۳۲	تئوری‌های روانکاوی تاریخی
۳۲	فیکل
۳۳	کارن هورنای
۳۶	لازاروس و فلکمن
۳۷	روابط موضوع

۳۸	تفاوت‌های جنسیتی
۴۰	ناسازگاری
۴۰	هورمون‌ها
۴۱	عوامل مؤثر بر انتخاب سبک‌های مقابله
۴۲	بخش سوم: ناکامی
۴۲	ناکامی
۴۴	مفهوم ناکامی
۴۶	رابطه ناکامی - شکست
۴۹	رابطه معنویات - ناکامی
۵۰	ناکامی و اختلالات
۵۵	رابطه راهبردهای مقابله‌ای استرس با تحمل ناکامی
۵۸	مطالعات مشابه در این زمینه
۶۶	مدرسه و کرونا
۶۹	سایر عوامل مرتبط به اضطراب کرونایی
۷۴	بحث و نتیجه‌گیری
۷۶	منابع

پیشگفتار

بیماری COVID-۱۹ خوشه‌ای از بیماری حاد تنفسی^۱ با علل ناشناخته است که از دسامبر سال ۲۰۱۹ در ووهان چین شیوع پیدا کرده است و به سرعت در جهان گسترش یافت. شواهد نشان می‌دهد که COVID-۱۹ یک دسته مجزا از بتاکرونا و ویروس‌های مرتبط با سندرم حاد تنفسی و سندرم تنفسی خاورمیانه^۲ است. در شیوع قبلی بیماری‌های هم خانواده با COVID-۱۹ مانند بیماری سارس و مرس گزارش‌هایی از تأثیرات روانی قرنطینه و فاصله گذاری اجتماعی ارائه شده است که اثرات فوری تا طولانی مدت را شامل می‌شود از آن جمله می‌توان به تحریک پذیری، ترس انتقال عفونت به اعضای خانواده، عصبانیت، سردرگمی، سرخوردگی، تنهایی، انکار، اضطراب، افسردگی، بی‌خوابی، ناامیدی، خودکشی، وسواس و اختلال استرس پس از سانحه را نام برد (کریمی، ۱۴۰۰).

اضطراب^۳ یکی از نشانه‌های مشترک در بیماران دچار اختلال‌های مزمن تنفسی از جمله کرونا است که از طریق تضعیف سیستم ایمنی بدن بر سلامت و کیفیت زندگی تأثیر منفی می‌گذارد. اضطراب حالتی روان‌شناختی است که تقریباً همه انسان‌ها آن را در طول زندگی تجربه می‌کنند، اما اگر از حد متعادل آن خارج شود یک اختلال روانی محسوب می‌شود اضطراب پیامدهای آسیب‌زایی دارد از جمله: اطمینان نداشتن فرد به توانایی خود در کنترل احساسی‌ها، واکنش‌های اضطرابی و نیز اداره تکالیف زندگی به نحو مطلوب یکی از عواملی که در روزهای اخیر اضطراب زیادی در عموم جمعیت ایجاد کرده است اضطراب مرتبط با ویروس کرونا است (عزیزی و بشر پور، ۱۳۹۹). تحقیقات نشان داده است که کرونا و ویروس عواقب بسیار زیادی از جوانب مختلفی بر زندگی انسان‌ها دارد. این جوانب به شرح

۱. Severe Acute Respiratory Syndrome

۲. Middle East Respiratory Syndrome

۳. anxiety

زیر می‌باشد: کاهش معنادار در درآمد افراد، افزایش بیکاری و اختلال در صنعت، برهم خوردن تمام سیستم‌های مغزی و بدنی و همچنین بار مراقبت، عوارض روانشناختی همچون اضطراب و افسردگی ناشی از کرونا؛ همچنین طبق گفته سازمان بهداشت جهانی این بیماری به عنوان یک تهدید بزرگ برای سلامت جسمی و روانی است، چرا که شیوع این بیماری باعث شده است تا زندگی روزانه و عادی خانواده‌ها تغییر یابد و به شکل ویژه‌ای بر سبک زندگی خانواده‌ها تأثیر گذاشته است (بجنوردی، ۱۳۹۹).

از طرفی تحمل ناکامی به قابلیت فرد در بروز مقاومت در کوشش، با وجود شکست زیاد و محیط خصومت آمیز، بدون اینکه در سازگاری روانشناختی مشکلی به وجود آید و به شیوه‌های ناپسند رفتاری عمل کند، اشاره دارد. افراد با سطح تحمل ناکامی بالا، موثرترین روان‌شناختی نیز نمرات بیشتری را کسب می‌کنند، این افراد با مشکلات زندگی به خوبی کنار آمده و در زیر بار مشکلات خم نمی‌شوند و دوست دارند سریع به راه حل‌های عملی برسند و دارای انعطاف پذیری بیشتری نیز می‌باشند (ماله میر و همکاران، ۱۳۹۹). تغییر دیگری که بر اضطراب کرونا می‌تواند تأثیر گذار باشد شیوه‌های مقابله با استرس است. مقوله استرس و راهبردهای مقابله با آن از جمله نخستین موضوعاتی است که در پنجاه سال اخیر بطور تجربی مورد کاوش قرار گرفته و همین امر باعث شده که تحقیقات متعددی در مورد چگونگی مقابله با آن صورت گیرد. گفته می‌شود درصد قابل توجهی از بیمارهای جسمی و پریشانی‌های روانی، تحمل فشار روانی و ناتوانی فرد برای مقابله با آن است. علاوه بر اینها فشار روانی اختلال فیزیولوژیکی نیز ایجاد می‌نماید. استرس ممکن است بر سیستم ایمنی تأثیر بگذارد و توانایی ارگانیزم در دفاع از خود در مقابل میکروب‌ها را به خطر اندازد. استرس باعث فزون کاری