

افسردگی در کودکان و نوجوانان (از تشخیص تا درمان)

مؤلف

زرین حسینی کوملایی



سرشناسه	:	حسینی کوملایی، زرین، ۱۳۶۴ -
عنوان و نام پدیدآور	:	افسردگی در کودکان و نوجوانان (از تشخیص تا درمان) / مولف زرین حسینی کوملایی
مشخصات نشر	:	تهران: انتشارات برگ و باد، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	:	۱۲۰ ص، ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۵۸۷۵-۹۰-۶
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیفا
موضوع	:	افسردگی در کودکان Depression in children افسردگی در کودکان - درمان Depression in children - Treatment افسردگی در نوجوانان Depression in adolescence افسردگی در نوجوان - درمان Depression in adolescence - Treatment
رده‌بندی کنگره	:	RJ506
رده‌بندی دیویی	:	۶۱۸/۹۲۸۵۲۷
شماره کتابشناسی ملی	:	۹۲۰۹۳۹۹
وضعیت رکورد	:	

افسردگی در کودکان و نوجوانان

زرین حسینی کوملایی

برگ و باد

۵۰۰ نسخه

اول ۱۴۰۲

۹۰۰۰۰ تومان

که مؤلف

که ناشر

که شمارگان

که نوبت چاپ

که قیمت

ISBN: 978-622-5875-90-6



www.ketab.ir

مرکز فروش کتاب:

۰۹۱۹۶۰۱۱۵۴۲ - ۰۲۱۷۷۰۷۳۴۷۶

@nashr.bargobad

ardavantaghva@gmail.com

«حق چاپ و انتشار محفوظ و مخصوص نشر برگ و باد است.

هر گونه اقتباس و استفاده از این اثر، مشروط به دریافت اجازه‌ی کتبی از

ناشر است.»

فهرست

۱	پیشگفتار.....
۳	مقدمه.....
۷	فصل ۱: درمان شناختی رفتاری.....
۱۵	فصل ۲: جانشین‌های درمان شناختی رفتاری.....
۲۱	فصل ۳: شناخت افسردگی.....
۳۳	فصل ۴: سوگیری‌های منفی.....
۳۹	فصل ۵: آموزش درک خود و افسردگی.....
۴۷	فصل ۶: فرآیند درمان شناختی رفتاری در افسردگی.....
۵۳	فصل ۷: برنامه‌ریزی و اجرای درمان شناختی رفتاری.....
۶۹	فصل ۸: توانایی تغییر خلق.....
۷۹	فصل ۹: بالا بردن احساس امنیت.....
۸۷	فصل ۱۰: روش‌های تکمیلی برای بهبود افسردگی.....
۱۰۱	نتیجه‌گیری.....
۱۰۵	منابع.....

پیشگفتار

در سال‌های گذشته، مبحث سلامت روان، از موضوعی حاشیه‌ای و فرعی، به دغدغه‌ای عمومی و جدی هم در میان سیاست‌گذاران و هم در بین آحاد مردم تبدیل شده است.

ما به اشتباه تصور می‌کنیم کودک و نوجوانی که تکالیفش را خوب انجام می‌دهد، نمره‌های خوبی می‌گیرد، موسیقی را خوب می‌نوازد، به زبان خارجی مسلط است و خلاصه ابرقهرمان است، بهترین کودک است و تربیتش کامل و بی‌نقص؟! غافل از این که، آیا این گونه کودکان در کسب آرامش درونی هم موفقند؟ آیا از زندگی و موفقیت‌های خودشان لذت می‌برند یا صرفاً شبیه یک ربات موفق شده‌اند؟ در کتاب حاضر سعی کرده‌ایم به یکی از بیماری‌های جدی کودکان به نام افسردگی بپردازیم و با شرح علل و درمان‌های موجود به افزایش علم و دانش والدین و معلمان کمکی کرده باشیم.