

Indice del volume:

La storia di Chiara: quando l'ansia diventa un disturbo

1. Capire cos'è l'ansia

Una risorsa o un disturbo?

Quando l'ansia diventa patologica.

Ansia, paura e sistema nervoso.

Quali sono i principali disturbi d'ansia in età evolutiva?

Un po' di numeri

2. Quanti tipi di ansia e a quali età?

Quali sono i segni dell'ansia?

La storia di Greta: il Disturbo d'ansia da separazione.

La storia di Elisa: il Mutismo selettivo.

La storia di Michela: la Fobia specifica.

La storia di Marco: il Disturbo d'ansia sociale.

La storia di Claudio: il Disturbo di panico.

La storia di Matteo: l'Agorafobia.

La storia di Marta: il Disturbo d'ansia generalizzata.

E infine, la Fobia scolare: la storia di Alessandro.

3. Dove nasce l'ansia?

Tre tipi di cause.

Fattori genetici e neurobiologici.

Quanto incidono le esperienze vissute e l'ambiente?

Il ruolo del temperamento.

4. La valutazione diagnostica

Riconoscere precocemente l'ansia: il ruolo del pediatra.

La costruzione di un quadro psicopatologico.

Il colloquio clinico.

Gli strumenti diagnostici.

La diagnosi.

5. Le terapie

Perché è importante intervenire.

La terapia cognitivo-comportamentale.

Il ruolo dello psicoterapeuta.

Le fasi del trattamento.

Le tecniche cognitivo-comportamentali.

Le strategie terapeutiche.

Il ruolo del neuropsichiatra.

Quando si ricorre alla terapia farmacologica.

6. Alcuni consigli pratici per genitori e insegnanti

Il ruolo dei genitori.

Il ruolo della scuola.

Il Disturbo d'ansia sociale: cosa può fare l'insegnante?

Falsi miti e corrette informazioni.

Conclusioni