

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