

차례

머리말 _ 3

01 뇌파란 무엇인가

11

..... 뇌와 뇌파 _ 13

02 마음의 상태를 알 수 있는 뇌파

21

-
1. 정량화 뇌파 _ 23
 2. 졸리고 멍할 때 나타나는 뇌파 _ 30
 3. 명상과 뇌파 _ 32
 4. 알파가 중요한가? _ 35
 5. 공부할 때 나타나는 뇌파는? _ 38
 6. 긍정적인 사람에서 나오는 뇌파 _ 41
 7. 사랑에 빠지면 나오는 뇌파 _ 43
 8. 시각 인식 및 정보 처리에 관여하는 뇌파 _ 45



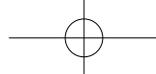
8 차례

03 마음의 움직임을 알려 주는 뇌파 49

1. 사건 유발 전위 _ 51
2. 나는 예민한 사람인가? _ 52
3. 똑똑한 사람에서 관찰되는 뇌파 _ 54
4. 사회적 기능이 좋은 사람을 구분해 주는 뇌파 _ 58
5. 실수를 지각할 때 나오는 뇌파 _ 61
6. 사물의 인식과 지각을 정확히 하는 사람인가? _ 63

04 뇌파로 알아보는 정신건강 67

1. 조현병 _ 69
2. 주요 우울증 _ 84
3. 외상후 스트레스장애 _ 92
4. 사회불안장애(사회공포증) _ 98
5. 특정공포증 _ 104
6. 공황장애 _ 106
7. 범불안장애 _ 110
8. 강박장애(강박증) _ 112
9. 주의력 결핍 과잉행동장애 _ 115



- 10. 경도인지장애와 치매 _ 116
- 11. 양극성장애(조울증) _ 121
- 12. 지적발달장애(지적장애) _ 123
- 13. 자폐스펙트럼장애 _ 125
- 14. 아동기 학대 _ 127

05 미래의 응용 방향

129

- 1. 바이오마커 _ 131
- 2. 뇌지도 _ 132
- 3. 정신질환의 진단 _ 133

용어 설명 _ 135

참고문헌 _ 137

찾아보기 _ 159