

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Uciekanie przed strachem grozi zaburzeniami lękowymi

Dzieci, które unikają stresujących sytuacji, mogą być w przyszłości bardziej narażone na rozwój zaburzeń lękowych - wykazała analiza przeprowadzona przez amerykańskich psychologów, w której uczestniczyło ponad 800 dzieci w wieku od 7 do 18 lat.

Wnioski opublikowano w piśmie "**Behavior Therapy**".



Naukowcy z Kliniki Mayo w Rochester opracowali dwie ankiety, jedną dla dzieci, a drugą dla ich rodziców, w których znalazło się zaledwie po osiem pytań dotyczących tendencji do unikania czynników wywołujących strach, np. odkładania konfrontacji na później.

Kwestionariusze okazały się skutecznym narzędziem oceny ryzyka rozwoju zaburzeń lękowych. Po roku obserwacji dzieci, które w większym stopniu unikały stresujących sytuacji były bardziej lękliwe i narażone na rozwój lęków i fobii utrudniających normalne funkcjonowanie.

"Terapia poznawczo-behawioralna koncentruje się na zmniejszaniu częstotliwości zachowań unikających. Opracowana przez nas metoda może pomóc ocenić, czy rezultaty tej terapii są zgodne z naszymi oczekiwaniami" - mówi dr Stephen Whiteside, główny autor badań.

"Dzieci, które unikają sytuacji budzących strach nie mają okazji stawić im czoła i nauczyć się z nimi radzić. W przypadku 25 lękliwych dzieci terapia poznawczo-behawioralna doprowadziła do zredukowania zachowań unikających o połowę" - dodaje.

Źródło: <http://www.pap.pl>

<http://laboratoria.net/aktualnosci/17006.html>



09-09-2024

[Jak poradzić sobie z końcem wakacji?](#)

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

[Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#)

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

[Przydatność organów do przeszczepu](#)

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

[Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#)

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

[Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#)

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

[Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

[Galaktyki są dużo większe, niż sądzono](#)

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

[System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...](#)

Nagrodzony przez Siemens i PW.

Informacje dnia: [Jak poradzić sobie z końcem wakacji?](#) [Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i](#)

[adekwatne Przydatność organów do przeszczepu Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Partnerzy