

[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>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych](#)

[Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy