

### [Akceptuję](#)

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 zmniejszeniu 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>  
<https://laboratoria.net/aktualnosci/17006.html>



02-07-2026

## **Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej**

Analizy mają pokazać, jak promieniowanie kosmiczne wpłynęło na nośniki leków.



23-06-2026

## **Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej**

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

## **Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią**

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

## **Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny**

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

## **Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne**

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

## [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

## [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

## [Przyjemnych snów życzy anestezjolog](#)

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.

**Informacje dnia:** [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy](#)

[sprawdzili, czy protony są wieczne Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)  
[Nośniki eków po 14 miesiącach na Międzynarodowej Stacji Kosmicznej Flexicon FPC50 w dydaktyce](#)  
[pracy laboratoryjnej Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią Studenci AGH zaprezentowali swój](#)  
[najnowszy bolid elektryczny Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne Polska wśród krajów z](#)  
[najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

## **Partnerzy**