

## LĘK

Zestawienie bibliograficzne w wyborze za lata 2000-2019 sporządzone w oparciu o zbiory Publicznej Biblioteki Pedagogicznej RODN „WOM” w Częstochowie Filia w Lublińcu.

### Książki

1. Bajki terapeutyczne. Cz. 2 / Maria Molicka. - Poznań : Media Rodzina, cop. 2003
2. Bajkoterapia : o lękach dzieci i nowej metodzie terapii / Maria Molicka. - Poznań : Media Rodzina, cop. 2002
3. Co robić, gdy się martwisz : poradnik dla lękliwych dzieci / Dawn Huebner ; rys. Bonnie Matthews ; [przekład Anna M. Kmiecik]. - Olsztyn : Wydawnictwo Levyz, 2018
4. Dziecko z zaburzeniami lękowymi w szkole i przedszkolu : informacje dla pedagogów i opiekunów / Ida Derezińska, Monika Gajdzik. - Warszawa : Ośrodek Rozwoju Edukacji, 2010
5. Motylek dla dzieci : pogodne i optymistyczne opowiadania o stracie, tęsknocie i dziecięcych lękach / Elżbieta Zubrzycka ; il. Katarzyna Bukiert. - Gdańsk ; Sopot : Gdańskie Wydaw. Psychologiczne, 2017
6. Bajkowe spotkania : program zajęć wychowawczo-profilaktycznych dla uczniów szkoły podstawowej / Joanna Bąk, Elżbieta Wiewióra-Pyka. - Kraków : Wydaw. Rubikon, 2016
7. Jak przeżyć w szkole : poradnik dla nauczycieli i wychowawców / Reinhold Miller ; przekł. Ewa Marszał, Jerzy Zakrzewski. - Kraków : Wydaw. WAM, cop. 2012

### Artykuły z czasopism

8. Bajki pomagają dzieciom oswoić lęk / Jadwiga Lubowiecka // Wychowanie w Przedszkolu. - 2011, nr 5, s. 12-17
9. Bajki szczególnie, bajki terapeutyczne / Ewa Kramarczyk // Życie Szkoły. - 2007, nr 10, s. 10-13
10. Bajki terapeutyczne / Maria Molicka // Życie Szkoły. - 2004, nr 2, s. 9-14
11. Bajkoterapia - skuteczna pomoc w łagodzeniu dziecięcych lęków / Joanna Srebnicka // Wychowanie w Przedszkolu. - 2017, nr 6, s. 49-51
12. Budujemy scenariusz zajęć z bajkoterapii / Genowefa Surniak // Biblioterapeuta. - 2015, nr 2, s. 31-33
13. Czego boją się uczniowie na lekcjach języka obcego? / Małgorzata Marzec-Stawiarska // Języki Obce w Szkole. - 2011, nr 4, s. 69-74
14. Czym rodzice straszą dzieci? / Małgorzata Maria Zieziulewicz // Wychowanie w Przedszkolu. - 2010, nr 3, s. 51-53
15. Dziecięce emocje / Anna Kałuba-Korczak ; rozm. przepr. Agata Klimaszewska // Życie Szkoły. - 2014, nr 11, s. 4-7
16. Dziecko nieśmiałe w szkole / Magdalena Umecka // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2008, nr 10, s. 22-27
17. Emocje odczuwane podczas mówienia przez osoby jękające się / Agata Błachnio // Kwartalnik Pedagogiczny. - 2013, nr 3, s. 31-50

18. Emocje sześciolatków / Anna Izabela Brzezińska, Joanna Urbańska // Dyrektor Szkoły. - 2011, nr 12, s. 50-53
19. Fobia szkolna : jak pomóc dziecku przezwyciężyć lęk / Magdalena Krawczonek // Dyrektor Szkoły. - 2003, nr 12, s. 22-23
20. Fobia szkolna / Anna Pająk, Aleksandra Solarz-Dryk // Przegląd Oświatowy. - 2001, nr 16, s. 19, 22
21. Fobia szkolna a postawy rodzicielskie / Sonia Wawrzyniak // Wychowanie na co Dzień. - 2015, nr 1-2, s. 21-24
22. Fomo - nowa choroba cywilizacyjna? / Magdalena Goetz // Biologia w Szkole. - 2019, nr 2, s. 25-29
23. Gdy rodzice emigrują... / Anna Fidelus // Nowa Szkoła. - 2008, nr 6, s. 37-43
24. Jak uczyć dziecko pewności siebie? / Agnieszka Gromelska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2009, nr 10, s. 18-21
25. Judym - lęk przed bliskością / Krzysztof Piłat // Język Polski w Liceum. - 2006/2007, nr 4, s. 27-40
26. Lęk przed matematyką z perspektywy psychologicznej i edukacyjnej / Krzysztof Cipora // Edukacja. - 2015, nr 1, s. 139-150
27. Lęk przed mówieniem w języku obcym - przyczyny, objawy, praktyczne wskazówki dydaktyczne / Emilia Podpora-Polit // Języki Obce w Szkole. - 2010, nr 5, s. 67-70
28. Lęk szkolny dziecka na etapie wczesnej edukacji / Irena Stańczak // Nauczanie Początkowe. - 2010/2011, nr 1, s. 14-19
29. Lęk testowy na lekcjach języków obcych : wskazówki dla nauczycieli / Agnieszka Hoffman // Języki Obce w Szkole. - 2009/2010, nr 6, s. 71-77
30. Lęki dzieci / Sylwia Gallos // Wychowanie w Przedszkolu. - 2011, nr 2, s. 53-55
31. Lęki i nadzieje dotyczące przyszłości dziecka w wypowiedziach rodziców osób niepełnosprawnych intelektualnie / Anna Szczepaniak // Edukacja. - 2008, nr 4, s. 102-108
32. Licho nie śpi? Pal licho! : scenariusz zajęć o lękach i obawach / Dariusz Staniszewski // Biblioteka w Szkole. - 2019, nr 10, s. 24-25
33. Nauczanie podstaw pływania dzieci klas I szkoły podstawowej / Danuta Blicharska // Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2003, nr 2, dod. s. (2)-(8)
34. Nerwice i stres szkolny / Magdalena Krawczonek // Dyrektor Szkoły. - 2005, nr 2, s. 58-59
35. Nie chcę, ale muszę / Patrycja Kozera // Charaktery. - 2009, nr 4, s. 82-87
36. Nie daj się wypalić / Małgorzata Nowak // Nowa Szkoła. - 2001, nr 10, s. 21-23
37. Nie taki mrok straszny / Małgorzata Wróbel // Wychowanie w Przedszkolu. - 2010, nr 10, s. 48-49
38. O nieletnich zranionych przez "zły" dotyk / Jan Tatarowicz // Nowa Szkoła. - 2002, nr 7, s. 44-46
39. O strachu, który ma wielkie oczy, i odważnym Strachliwym Bojaczku / Elżbieta Bukowiec // Biblioteka w Szkole. - 2018, nr 10, dod. s. 15-16
40. O zaburzeniach zdrowia psychicznego / Małgorzata Hańska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2012, nr 7, s. 11-23
41. Obawa i lęk przed głęboką wodą u młodzieży umiejącej pływać / Jan Fenczyn // Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2003, nr 2, s. 21-23
42. Oswajając lęki / Iwona Bukowska // Wychowanie w Przedszkolu. - 2009, nr 9, s. 33-38
43. Oswoić strach w szkole : rozwiązania metodyczne / Angelika Garczarczyk, Justyna Goły // Nauczanie Początkowe. - 2016/2017, nr 2, s. 86-89
44. Percepcja postaw rodzicielskich i poziom lęku w aspekcie kształtowania się emocjonalno - obronnej strategii radzenia sobie z trudną sytuacją przez młodzież / Danuta Borecka-Biernat // Edukacja. - 2002, nr 4, s. 50-65
45. Pierwsze kroki w przedszkolu / Justyna Dąbrowska // Remedium. - 2009, nr 11, s. 6-7
46. Poczucie lęku u młodzieży gimnazjalnej / Magdalena Malec // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2013, nr 9, s. 48-56



47. Pokonać lęki trzylatków / Beata Szurowska // Wychowanie w Przedszkolu. - 2004, nr 7, s. 16-21
48. Postępowanie nauczyciela klas początkowych w pracy z dzieckiem mutystycznym / Ewa Wójcik // Nauczanie Początkowe. - 2003/2004, nr 3, s. 68-73
49. Poziom lęku bezrobotnych z Polski i Wielkiej Brytanii / Aleksandra Jędrzysek, Marcin Jurczyk // Praca Socjalna. - 2014, nr 5, s. 69-75
50. Poziom lęku oraz nadziei na sukces a umiejętności uczniów szkół ponadgimnazjalnych / Marek Smulczyk, Kamila Dobrenko, Tomasz Żółtak // Kwartalnik Pedagogiczny. - 2013, nr 3, s. 87-110
51. Problem lęku przed wodą - w nauczaniu pływania dzieci w wieku 7-9 lat / Małgorzata Stachowicz, Anna Łyczko // Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2009, nr 7, s. 30-33
52. Przegląd dziecięcych stresów szkolnych / Małgorzata Łoskot // Biologia w Szkole z Przyrodą. - 2018, nr 3, s. 30-32
53. Przewyciężanie lęku przed śmiercią : refleksje dla pracy socjalnej / Dominika Kucharewicz, Jerzy Stochmiątek // Praca Socjalna. - 2016, nr 4, s. 14-34
54. Psychologiczne konsekwencje powodzi u dzieci i młodzieży / Anna Bokszczanin // Psychologia Wychowawcza. - 2000, nr 2/3, s. 172-181
55. Reakcje lękowe u dzieci : norma rozwojowa czy zaburzenie / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Życie Szkoły. - 2016, nr 1, s. 18-21
56. Rola biblioteki szkolnej w pokonywaniu liberary anxiety / Elżbieta Pawełka // Biblioteka w Szkole. - 2008, nr 10, s. 3-5
57. Rola impulsywności, lęku oraz poczucia własnej skuteczności u osób uprawiających hazard problemowo / Lucyna Golińska // Alkoholizm i Narkomania. - 2014, nr 4, s. 325-331
58. Rozpacz jest nowa a nadzieja stara? / Agnieszka Kwiatkowska // Polonistyka. - 2004, nr 7, s. 31-37
59. Różne formy nerwicy problemem dydaktyczno-wychowawczym / Izabella Maria Łukasik // Nauczanie Początkowe. - 2003/2004, nr 3, s. 33-35
60. Różne oblicza lęku i jego przełamywanie w wychowaniu fizycznym / Dorota Kamień // Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 6, s. 10-15
61. Spokojnie, to tylko twoje emocje / Agnieszka Popiel // Charaktery. - 2009, nr 4, s. 14-21
62. Strach ma wielkie oczy... / Małgorzata Maria Zieziulewicz // Wychowanie w Przedszkolu. - 2010, nr 2, s. 49-53
63. Stres pourazowy - symptomy i psychoterapia / Wiesław Sikorski // Opieka, Wychowanie, Terapia. - 2000, nr 2, s. 23-27
64. Sytuacja edukacyjna jako sytuacja trudna / Beata Ziółkowska // Edukacja. - 2003, nr 1, s. 33-46
65. Szkolne tematy tabu - jak pomóc dzieciom w przejściu żałoby / Anna Meslin // Życie Szkoły. - 2018, nr 4, s. 10-13
66. Szkoła pełna fobii / Anna Bronisz // Dyrektor Szkoły. - 2005, nr 1, s. 48-49
67. Szpital pluszowego misia / Mirosława Szafrąńska // Wychowanie w Przedszkolu. - 2006, nr 6, s. 23-25
68. Świat dziecięcych lęków / Patryk Hałajczak // Wychowanie w Przedszkolu. - 2016, nr 4, s. 41-43
69. Tupcio Chrupcio : Ja się nie boję! - zajęcia terapii czytelnicy / Agnieszka Pejkowska // Poradnik Bibliotekarza. - 2014, nr 3, s. 34-36
70. Uzależnienie od bycia na czasie / Tomasz Garstka // Dyrektor Szkoły. - 2016, nr 8, s. 54-57
71. Wampiryzm - lek na całe zło? / Dominika Wielkiewicz // Opieka, Wychowanie, Terapia. - 2000, nr 2, s. 23-27
72. Wykorzystanie poezji dziecięcej w biblioterapii na przykładzie wiersza "Rupaki" Danuty Wawiłow / Barbara Borowiec // Nauczanie Początkowe. - 2006/2007, nr 2, s. 45-55
73. Zaburzenia emocjonalne u dzieci i co dalej? / Beata Górlicka // Nauczanie Początkowe. - 2010/2011, nr 4, s. 26-32



74. Żabi list : bajka ekologiczna / Agnieszka Tomalka-Sadownik // Życie Szkoły. - 2008, nr 6, s. 33-37  
75. Życie jest piękne, zawsze / Wiesław Łukaszewski // Charaktery. - 2008, nr 10, s. 8-15

## **Netografia**

76. Centrum Dobrej Terapii [online] <https://www.centrumdobrejterapii.pl/materialy/oswoic-lek-zaburzenia-lekowe-i-ich-leczenie/> (dostęp 15.05.2020 r.)  
77. Medicover.pl[online] <https://www.medicover.pl/o-zdrowiu/lek-zaburzenia-lekowe-objawy-przyczyny-leczenie,158,n,192> (dostęp 15.05.2020 r.)  
78. Medonet[online] <https://www.medonet.pl/choroby-od-a-do-z/choroby-i-zaburzenia-psychiczne,lek,artykul,1577341.html> (dostęp 15.05.2020 r.)  
79. Abc Zdrowie [online] <https://portal.abczdrowie.pl/lek> (dostęp 15.05.2020 r.)  
80. Poradnik zdrowie [online] <https://www.poradnikzdrowie.pl/psychologia/emocje/lek-skad-sie-bierze-lek-a-strach-aa-6c9X-EeQD-dAqS.html> (dostęp 15.05.2020 r.)  
81. Angelini [online] <https://www.angelini.pl/wps/wcm/connect/pl/home/obszary-terapeutyczne/lek-depresji/o-problemie/niepokoj-fobie-i-lek> (dostęp 15.05.2020 r.)  
82. PokonajLęk [online] <https://www.pokonajlek.pl/jak-pokonac-lek/> (dostęp 15.05.2020 r.)  
83. Emocje.pro [online] <https://emocje.pro/lek-i-strach-jak-sobie-z-nim-radzic/> (dostęp 15.05.2020 r.)  
84. Via Medica[online] <https://journals.viamedica.pl/psychiatria/article/view/40406/32061>(dostęp 15.05.2020 r.)

