

Proponowana literatura dotycząca zagadnienia lęku (dla dzieci i rodziców)

- I. Filliozat „Strach - wróg czy przyjaciel? Akceptuję, co czuję”, 2019, wyd. Egmont,
S. G. Mattis, T. H. Ollendick „Lęk i fobie nastolatków”, 2004, wyd. GWP,
W. Kołyszko, J. Tomaszewska „Strach i pogromca potworów”, 2014, wyd. GWP,
L. Hayes, A. Bailey, J. Ciarrochi „W pułapce myśli dla nastolatków Jak skutecznie poradzić sobie z depresją, stresem i lękiem”, 2019, wyd. GWP,
E. Kubler - Ross „Rozmowy o śmierci i umieraniu”, 2002, wyd. Media Rodzina,
Dr S. Shanker „Self-Reg”, 2016, wyd. Mamania,
G. Kasdepke „Wielka księga uczuć”, 2015, wyd. Nasza Księgarnia,
W. Kołyszko, J. Tomaszewska „Garść radości, szczypta złości”, 2015, wyd. GWP,
E. Snel „Uważność i spokój żabki”, 2015, wyd. CoJaNaTo.

Opracowały:

psycholog Magdalena Chętka

psycholog Magdalena Sobolewska