

**COMBATEREA TULBURĂRILOR ANXIOASE  
(PANICĂ, FOBII, OBSESII, ANXIETATE)  
(bibliografie selectivă)**

COTA: II 89352

**Anderson, Walter.** *Curs practic de încredere : șapte pași spre împlinirea personală* / Walter Anderson; traducere din limba engleză de Marius Chitoșcă. - București : Curtea Veche, 2013. - 240 p.

COTA: II 89704

**André, Christophe.** *Psihologia fricii : temeri, angoase și fobii* / Christophe André; traducere din limba franceză de Daniel Voicea. - București : Meteor Publishing, 2019. - 320 p.

COTA: II 76231

**Andrews, Gavin.** *Psihoterapia tulburărilor anxioase : ghid practic pentru terapeuți și pacienți* / Gavin Andrews, Mark Creamer, Rocco Crino, ... ; traducere de Miruna Andriescu și Gina Oancea. - Iași : Polirom, 2008. - 887 p.

COTA: II 84842

**Antony, Martin M.** *10 soluții simple împotriva timidității : cum să învingem timiditatea, anxietatea socială și teama de a vorbi în public* / Martin M. Antony; traducere din limba engleză de Diana Andreea Dobrescu. - București : ALL, 2015. - 142 p.

COTA: II 87646

**Bandler, Richard.** *Introducere în programarea neurolingvistică (NLP) : cum să construiești o viață de succes* / Richard Bandler, Alessio Roberti, Owen Fitzpatrick; traducere din engleză de Mihaela Șerbănescu. - București : Curtea Veche, 2017. - 142 p.

COTA: II 90345

**Bauer, Blake D.** *Nu te-ai născut să suferi : cum să depășești frica, neîncrederea și depresia și cum să te iubești pe tine însuși, ca să atingi din nou fericirea, încrederea și pacea interioară* / Blake D. Bauer; [traducător: Ioana Fotescu; editor coordonator: Florentina Ion]. - București : Didactica Publishing House, 2018. - 358 p.

COTA: II 76806

**Boișteanu, Petru.** *Fobia socială : tulburarea de anxietate socială* / Petru Boișteanu, Ana-Maria Grigorescu. - Iași : Cantes, 2005. - 111 p.

COTA: II 74820

**Botez, Mihai Vasile.** *Vindecarea obsesiilor, fricii și stresului prin homeopatie* / Mihai V. Botez, Botez Olga, Elena S. Ionescu; [coordonator: Mihai V. Botez]. - Iași : Junimea, 2007. - 250 p.

COTA: III 36172

**Bourne, Edmund J.** *Anxietatea și fobia : ghid practic pentru gestionarea anxietății și a fobiilor* / Edmund J. Bourne; traducere din limba engleză de Claudia Roxana Olteanu. - București : ALL, 2019. - 575 p.

COTA: II 89360

**Brown, Brené. *Curajul de a fi vulnerabil : schimbă felul în care trăiești, iubești, educi și conduci*** / Brené Brown; traducere din limba engleză de Liviu Dascălu și Cristina Rusu; cuvânt înainte la ediția în limba română de Gáspár György și Otilia Mantelers. - București : Curtea Veche, 2019. - 300 p.

COTA: II 88719

**Briers, Stephen. *Terapia cognitiv comportamentală : cum să-ți îmbunătățești gândirea și viața prin TCC*** / Stephen Briers; traducere de Claudia-Roxana Olteanu. - București : ALL, 2015. - 280 p.

COTA: II 88015

**Carr, Allen. *Gata cu frica de avion! : metoda ușoară a lui Allen Carr*** / Allen Carr; traducere din engleză de Ianina Marinescu. - București : Humanitas, 2018. - 135 p.

COTA: I 24059

**Călinescu, Marian. *Atacul de panică : ghid de prim ajutor*** / psiholog Marian Călinescu, psiholog George Arhip. - Sibiu : Editura Arhip Art, 2013. - 36 p.

COTA: II 83784

**Cohen, Lawrence J. *Rețete împotriva îngrijorării : o abordare prin joc a anxietății și fricii copiilor*** / Lawrence Cohen; traducere din engleză de Cristina Jinga. - București : Editura Trei, 2014. - 280 p.

COTA: II 83767

**Dikel, William. *Sănătatea mentală a elevului : ghid pentru personalul didactic*** / Dr. William Dikel; traducere din engleză de Daniela Andronache. - București : Editura Trei, 2015. - 399 p.

COTA: II 82009

**Dumitru, Roxana. *Personalitatea și anxietatea la muzicieni*** / Roxana Dumitru. - Iași : PIM, 2014. - 146 p.

COTA: II 78153

**Ellis, Albert. *Cum să vă controlați anxietatea : terapia comportamentului emotiv-rațional (T.C.E.R)*** / Albert Ellis; traducere din limba engleză de Emanuela Jalbă-Șoimaru. - București : Meteor Press, 2009. - 320 p.

COTA: II 89700

**Ellis, Albert. *Refuzați să vă provocați nefericirea pentru orice*** / Dr. Albert Ellis; traducere din limba engleză de Mihai-Dan Pavelescu; [cu o prefață de Dr. Kristene A. Doyle]. - București : Meteor Publishing, 2018. - 256 p.

COTA: IV 5394

**Freeland, Claire A.B. *Ce să faci... când ești foarte timid : Ghid pentru copiii care vor să scape de anxietatea socială*** / de Dr. Claire A.B. Freeland și Dr. Jacqueline B. Toner; traducere din engleză de Mihaela Ionescu; ilustrații de Janet McDonnell. - București : Editura Trei, 2017. - 80 p.

COTA: IV 5144

**Freeland, Claire A.B. *Ce să faci... când ți-e teamă de greșeli : ghid pentru copiii care nu acceptă să fie imperfecti*** / Dr. Claire A. B. Freeland și Dr. Jacqueline B. Toner; ilustrații de Janet McDonnell; traducere din engleză de Luminița Gavrilă. - București : Editura Trei, 2016. - 96 p.

COTA: 159.9/ G16

**Gallo, Latifa. *Emoțiile negative : Cum să ne eliberăm de frică, anxietate, tristețe, furie, agresivitate, rușine*** / Latifa Gallo; traducere: Rodica Bogdan. - București : Editura Niculescu, 2016. - 240 p.

COTA: III 35999

**Hari, Johann. *Legături pierdute : cauze reale ale depresiei și soluții surprinzătoare*** / Johann Hari; traducere din engleză de Oana-Marina Badea. - București : Editura Trei, 2019. - 326 p.

COTA: II 89575

**Hendriksen, Ellen. *Cum să fii tu însuși : Liniștește-ți criticul interior și depășește anxietatea socială*** / Ellen Hendriksen; traducere din engleză de Irina Marina Borșoi. - Iași : Editura Trei, 2019. - 310 p.

COTA: II 84358

**Holdevici, Irina. *Psihoterapia tulburărilor anxioase : (Să ne eliberăm de frici, obsesii și fobii)*** / Irina Holdevici. - Iași : Ceres, 1998. - 210 p.

COTA: 159.9/ H91

**Huebner, Dawn. *Ce să faci... când mintea și se blochează : ghid pentru copiii care se confruntă cu obsesii și comportamente repetitive*** / de dr. Dawn Huebner; ilustrații de Bonnie Matthews; traducere din engleză de Luminița Gavrilă. - București : Editura Trei, 2016. - 96 p.

COTA: IV 5037

**Huebner, Dawn. *Ce să faci... când ți-e frică să te bagi în pat : ghid pentru copiii care adorm greu*** / de dr. Dawn Huebner; ilustrații de Bonnie Matthews; traducere din engleză de Lavinia Braniște. - București : Editura Trei, 2015. - 96 p.

COTA: IV 5035

**Huebner, Dawn. *Ce să faci... să scapi de griji : ghid pentru copiii care vor să-ți învingă anxietatea*** / de dr. Dawn Huebner; ilustrații de Bonnie Matthews; traducere din engleză de Lavinia Braniște. - București : Editura Trei, 2015. - 80 p.

COTA: IV 5209

**Mayer, Mercer. *Am un crocodil sub pat*** / Mercer Mayer; traducere de Lavinia Braniște. - București : Cartea Copiilor, 2016. - [32] p.

COTA: II 87924

**Moore, Bret A. *Cum să-ți controlezi anxietatea : Ia tot ce e mai bun din griji, stres și teamă*** / Bret A. Moore; traducere din engleză de Cătălina Petria. - București : Editura Trei, 2016. - 248 p.

COTA: II 78661

**Osho. *Emoțiile : cum ne putem elibera de mânie, gelozie și teamă*** / Osho; traducere: Cristian Hanu. - Brașov : Mix, 2003. - 151 p.

COTA: II 82186

**Pearson, Patricia. *Scurtă istorie a anxietății*** / Patricia Pearson; traducere din limba engleză: Roxana Melnicu. - București : Nemira, 2011. - 160 p.

COTA: II 61414

**Podea, Delia. *Tulburarea de panică*** / Delia Podea, Rodica Feraru. - București : Editura Maiko, 1997. - 224 p.

COTA: I 14354

**Ranschburg, Jenő.** *Frică, supărare, agresivitate* / dr. Ranschburg Jenő; traducere de dr. Kulcsár. - București : Editura didactică și pedagogică, 1979. - 212 p.

COTA: I 5625

**Rădulescu, Natalia.** *Teama de medic la copil* / Natalia Rădulescu. - București : Editura medicală, 1960. - 44 p.

COTA: II 91054

**Sandu, Sorin-Laurențiu.** *Anxietatea și încrederea în forțele proprii în situații de evaluare : O analiză în contextul evaluării școlare a elevilor din învățământul primar* / Sorin-Laurențiu Sandu; referent științific: prof. univ. dr. Nicoleta-Laura Popa. - Iași : PIM, 2019. - 116 p.

COTA: II 90826

**Shealy, Norman C.** *Ghidul vindecărilor : peste 100 de remedii naturale pentru prevenirea și tratarea afecțiunilor comune* / Dr. C. Norman Shealy; traducere din engleză de Alfred Neagu. - București : Lifestyle Publishing, 2019. - 432 p.

COTA: II 90364

**Solter, Aletha.** *Copiii noștri, frumoși și sănătoși : cum să te vindeci prin joc, râsete și lacrimi* / Aletha Solter; traducere din limba engleză: Gabriela Deniz. - București : Herald, 2018. - 288 p.

COTA: II 58768

**Tallis, Frank.** *Cum să ne stăpânim stările de neliniște și îngrijorare* / dr. Frank Tallis. - București : Polimark, 1996. - 112 p.

COTA: III 35155

**Tivu, Diana.** *Pernuța speriată și teribila noapte cu lună plină* / Diana Tivu; ilustrații Diana Tivu. - București : Didactica Publishing House, 2017. - 35 p.

COTA: II 84843

**Vrasti, Radu.** *Ajută-te singur în caz de atac de panică* / Radu Vrasti. - București : ALL, 2015. - 237 p.

COTA: II 86397

**Young, Jeffrey E.** *Cum să-ți reinventezi viața : cum să pui capăt comportamentelor negative și să te simți din nou bine* / Jeffrey E. Young, Janet S. Klosko; traducere din engleză de Ruxandra Rădulescu. - [București] : Editura Trei, 2017. - 471 p.