

## ZDROWIE PSYCHICZNE DZIECI I MŁODZIEŻY. WSPÓŁCZESNE ZAGROŻENIA I MOŻLIWOŚCI WZMACNIANIA

Zestawienie bibliograficzne w wyborze za lata 2020-2024

Wszystkich zainteresowanych poszerzeniem wiedzy na powyższy temat zachęcamy do odwiedzenia naszego [katalogu online](#) i zapoznania się ze starszymi materiałami.

### KSIAŻKI

1. Cyfrowe szaleństwo : jak media społecznościowe napędzają kryzys zdrowia psychicznego i jak odzyskać równowagę / Nicholas Kardaras, Ph. D. ; tłumaczenie Agnieszka Jarosz. - Warszawa : CeDeWu 2023  
Wypożyczalnia: 184628  
[Link do katalogu](#)
2. Dobrze ze złością. Jak wspierać dzieci i młodzież w konstruktywnym radzeniu sobie ze złością / Katarzyna Zawisza-Mlost. – Warszawa : Ośrodek Rozwoju Edukacji 2021  
<https://ore.edu.pl/wp-content/uploads/2022/01/dobrze-ze-zloscia.-jak-wspierac-dzieci-i-mlodziez-w-konstruktywnym-radzeniu-sobie-ze-zloscia.pdf> [dostęp 16.09.2024]
3. Emocjonalne życie nastolatków : dorastanie w empatii, harmonii i komunikacji ze światem / Lisa Damour ; przekład Joanna Dźdża. - Warszawa : Mamania 2024  
Wypożyczalnia: 185730  
[Link do katalogu](#)
4. Miej lepszy dzień / Dr Alex George ; ilustracje The Boy Fitz Hammond ; przekład Michał Józwiak. - Kraków : Insignis copyright 2023  
Na okładce podtytuł: pozytywny poradnik o zdrowiu psychicznym.  
Wypożyczalnia: 185115  
[Link do katalogu](#)
5. Nastolatki na krawędzi : czego nie wiecie o problemach swoich córek / rozmawiają Krystyna Romanowska, dr Agnieszka Dąbrowska i dr Marta Niedźwiedzka. – Warszawa : Muza 2023  
Wypożyczalnia: 184761  
[Link do katalogu](#)
6. Natura a zdrowie psychiczne / redakcja naukowa Magdalena Gawrych. – Warszawa : Akademia Pedagogiki Specjalnej 2022  
<https://libra.ibuk.pl/reader/natura-a-zdrowie-psychiczne-ryszard-kulik-magdalena-275925> [dostęp 16.09.2024]
7. Nie powiem ci, że wszystko będzie dobrze / Justyna Suchecka. - Warszawa : Wydawnictwo WAB 2022  
Książka przeznaczona raczej dla młodszych odbiorców. „Przede wszystkim to książka, która wzmacnia i daje nadzieje. Która pokazuje, że wiedza z zakresu zdrowia psychicznego jest podstawą dbania o siebie. Również wtedy, gdy nic złego nas nie spotyka i jesteśmy zdrowi.”  
Wypożyczalnia: 184029  
[Link do katalogu](#)
8. Promocja zdrowia psychicznego. Od teorii do praktyki /redakcja naukowa Jan Czesław Czabała, Lidia Zabłocka-Żytka. – Warszawa : Akademia Pedagogiki Specjalnej 2021  
<https://libra.ibuk.pl/reader/promocja-zdrowia-psychicznego-od-teorii-do-praktyki-jan-czeslaw-czabala-krzysztof-275933> [dostęp 16.09.2024]

9. Psychologia kliniczna dzieci i młodzieży / redakcja naukowa Iwona Grzegorzewska, Lidia Cierpiałkowska, Aneta R. Borkowska. - Warszawa : PWN 2020  
*Informatorium. Czytelnia: 159.922; Wypożyczalnia: 182682*  
[Link do katalogu](#)  
<https://libra.ibuk.pl/reader/psychologia-kliniczna-dzieci-i-mlodziezy-iwona-grzegorzewska-lidia-217902> [dostęp 16.09.2024]
10. Scenariusze zajęć wspierających rozwój kompetencji emocjonalnych i społecznych młodzieży w szkole ponadpodstawowej / Magdalena Wegner-Jezierska. - Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia 2022  
*Wypożyczalnia: 184533*  
[Link do katalogu](#)
11. Socjoterapia młodzieży / Barbara Jankowiak, Emilia Soroko. - Warszawa : PWN 2021  
*Wypożyczalnia: 183251*  
[Link do katalogu](#)
12. Szkoła i zdrowie jej uczniów i pracowników / redakcja naukowa Magdalena Woynarowska, Barbara Woynarowska. - Gdańsk : Harmonia Universalis 2022  
*Informatorium. Czytelnia: 613*  
[Link do katalogu](#)
13. Szkoła ponownie czy szkoła od nowa? Jak wygląda powrót do stacjonarnej edukacji? / Jędrzej Witkowski (red.), Magdalena Fac-Skhirtladze, Michał Tragarz, Elżbieta Krawczyk, Sylwia Żmijewska-Kwirąg. - Warszawa : Centrum Edukacji Obywatelskiej 2021  
[https://ceo.org.pl/wp-content/uploads/2022/07/szkola\\_ponownie\\_czy\\_szkola\\_od\\_nowa\\_publicacja\\_centrum\\_educacji\\_obywatelskiej\\_czerwiec2021.pdf](https://ceo.org.pl/wp-content/uploads/2022/07/szkola_ponownie_czy_szkola_od_nowa_publicacja_centrum_educacji_obywatelskiej_czerwiec2021.pdf) [dostęp 16.09.2024]
14. Terapia lasem w teorii i praktyce / Katarzyna Siemonienko. - Poznań : Silva Rerum 2021  
<https://libra.ibuk.pl/reader/terapia-lasem-w-badaniach-i-praktyce-katarzyna-simonienko-251294> [dostęp 16.09.2024]
15. Trauma u młodzieży : konsekwencje i uwarunkowania / Magdalena Kobylarczyk-Kaczmarek, Nina Ogińska-Bulik. - Warszawa : Difin 2023  
*Wypożyczalnia: 184775*  
[Link do katalogu](#)
16. Uczeń z zaburzeniami psychicznymi w szkole / Joanna Wachowiak, Monika Rudnik. - Warszawa : Ośrodek Rozwoju Edukacji 2020  
<https://static.zpe.gov.pl/portal/f/res/RmfILRGq28yD2/1630414222/1NCTGO507aUrUWwtzLPIp70oqw3PgitF.pdf> [dostęp 16.09.2024]
17. Wybrane obszary diagnozy, profilaktyki, terapii w teorii i praktyce pedagogicznej / redakcja naukowa Elżbieta Stokowska-Zagdan, Małgorzata Przybysz-Zaremba, Joanna Stepaniuk. - Warszawa : Difin 2020  
*Wypożyczalnia: 182860, 182962*  
[Link do katalogu](#)
18. Zarządzanie emocjami – krok w stronę zdrowia psychicznego / Marta Jankowska. - Warszawa : Ośrodek Rozwoju Edukacji 2020  
<https://www.cen.edu.pl/uploads/t.ogniewska/zarzadzanie-emocjami--krok-w-strone-zdrowia-psychicznego.pdf> [dostęp 16.09.2024]
19. Zdrowie psychiczne : instrukcja obsługi / Aleksandra Pięta. - Warszawa : Wydawnictwo WAB [2024]  
*Wypożyczalnia: 185736*  
[Link do katalogu](#)
20. Zdrowie psychiczne. Współczesne zagrożenia i możliwości wzmacniania / Ewa Wilczek-Rużyczka, Magdalena Kwak. - Warszawa : PZWL Wydawnictwo Lekarskie 2022  
<https://libra.ibuk.pl/reader/zdrowie-psychiczne-wspolczesne-zagrozenia-i-mozliwosci-wzmacniania-ewa-wilczek-ruzyczka-260482> [dostęp 16.09.2024]

## ARTYKUŁY Z KSIĄŻEK

1. Praca psychologów wychowawczych w szkole / Anna Oleszkowicz, Anna Cieślik, Grażyna Katra // W: Psychologia wychowania : wybrane problemy. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN SA 2020, S. 319-340  
Wypożyczalnia: 182997  
[Link do katalogu](#)
2. Uniwersytet wobec potrzeb studentów w zakresie wsparcia psychopedagogicznego i doradztwa / Katarzyna Klimkowska // W: Wspieranie jednostek i grup w różnych wymiarach życia społecznego : aspekty teoretyczno-praktyczne. - Poznań : Wydawnictwo Naukowe UAM 2021, S. 227-235  
Wypożyczalnia: 183928  
[Link do katalogu](#)
3. W trosce o dobrostan psychospołeczny uczniów : edukacja, wsparcie społeczne, pomoc / Ewa Syrek. - 2021 // W: Wspieranie jednostek i grup w różnych wymiarach życia społecznego: aspekty teoretyczno-praktyczne. - Poznań : Wydawnictwo Naukowe UAM 2021, S. 211-226  
Wypożyczalnia: 183928  
[Link do katalogu](#)
4. Wychowanie zdrowotne / Beata Ziółkowska // W: Psychologia wychowania : wybrane problemy. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN SA 2020, S. 415-429  
Wypożyczalnia: 182997  
[Link do katalogu](#)
5. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży : salutogenetyczne i patogenetyczne modele empiryczne i teoretyczne / Lidia Cierpiątkowska, Iwona Grzegorzewska // W: Psychologia kliniczna dzieci i młodzieży. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN 2020, S. 31-59  
Informatorium. Czytelnia: 159.922 ; Wypożyczalnia: 182682  
[Link do katalogu](#)
6. Zdrowie psychiczne młodzieży szkolnej w czasie lockdownu w pandemii COVID-19 / Agata Jopkiewicz // W: Szkoła jako przestrzeń budowania edukacyjnego dialogu. - Warszawa : Difin 2021, S. 225-242  
Wypożyczalnia: 184168  
[Link do katalogu](#)
7. Zdrowie uczniów i problemy z nim związane / Barbara Woynarowska, Lidia Popek, Jacek Pyżalski, Szymon Wójcik, Martyna Popławska, Alicja Długołęcka, Robert Kowalczyk. - 2022. // W: Szkoła i zdrowie jej uczniów i pracowników. - Gdańsk : Harmonia Universalis 2022, S. 79-144  
Informatorium. Czytelnia: 613  
[Link do katalogu](#)

## ARTYKUŁY Z CZASOPISM

1. Dobre praktyki szkolnej ochrony zdrowia psychicznego / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 125, s. 21-23
2. Doświadczenia krzywdzenia oraz dobrostan psychiczny polskich nastolatków w pierwszym okresie pandemii / Renata Szredzińska, Joanna Włodarczyk // Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka. - 2021, nr 2, s. 38-62  
<https://bibliotekanauki.pl/articles/1201197> [dostęp 16.09.2024]
3. Holistyczne podejście do ochrony zdrowia psychicznego w szkole / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2020, nr 119, s. 23-26
4. Jak pomagać nastolatkom z zaburzeniami depresyjnymi? : strategie zapobiegania i wsparcia / Katarzyna Dmित्रuk-Sierocińska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2024, nr 1, s. 16-32

5. Jak wykorzystać moc grupy rówieśniczej we wspieraniu zdrowia psychicznego uczniów? / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2022, nr 130, s. 61-64
6. Kondycja psychiczna dzieci i młodzieży / Wiktoria Sudół // Remedium.- 2023, nr 7/8, s. 41-43
7. Kryzys psychiczny jako konieczny element rozwoju? : spojrzenie na naturę człowieczeństwa według Kazimierza Dąbrowskiego / Paweł Kabziński // Psychologia Wychowawcza. - 2023, nr 27, s. 51-65
8. Kształtowanie odporności psychicznej dzieci i młodzieży w obliczu tendencji współczesności stanowiących czynniki ryzyka dla zdrowia psychospołecznego / Patrycja Curyło-Sikora // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2022, nr 6, s. 3-19
9. Kształtowanie odporności psychicznej dzieci i młodzieży w obliczu tendencji współczesności stanowiących czynniki ryzyka dla zdrowia psychospołecznego / Patrycja Curyło-Sikora // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2022, nr 6, s. 3-19.
10. Młode głowy wołają o pomoc / Marta Nowakowska // Życie Szkoły. - 2023, nr 6, s. 40-43
11. Młodzież z zaburzeniami psychicznymi / Tomasz Garstka // Dyrektor Szkoły. - 2020, nr 9, s. 54-57
12. Najczęstsze zaburzenia zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2020/2021, nr 121, s. 28-31
13. Narkotyki, zdrowie psychiczne i redukcja szkód / Jakub Greń, Krzysztof Ostaszewski, Joanna Stefaniu // Serwis Informacyjny Uzależnienia. - 2022, nr 2, s. 28-33
14. Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023-2030 / Katarzyna Syroka-Marczewska // Serwis Informacyjny Uzależnienia. - 2024, nr 1, s. 10-14
15. Nastolatki a cyberprzemoc : wyłaniające się wyzwania i jak je przezwyciężyć? / Marlena Stradomska // Głos Pedagogiczny. - 2024, kwiecień (147), s. 19-25
16. Nastolatki na krawędzi : czego nie wiecie o problemach swoich córek / Marta Niedźwiedzka ; rozmowę przeprowadziła Krystyna Romanowska // Niebieska Linia. - 2023, nr 1, s. 26-28
17. Nowy model ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2020, nr 120, s. 21-23
18. O profilaktyce raz jeszcze... / Agnieszka Pisarska // Serwis Informacyjny Uzależnienia. - 2023, nr 3, s. 6-13
19. Oblicza bezpieczeństwa / Ewa Maksymowska, Magdalena Majewska // Meritum. - 2023, nr 3, s. 37-43
20. Ochrona zdrowia psychicznego uczniów - zadania szkoły / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2020, nr 118, s. 20-22
21. Poepidemiczne problemy zdrowia psychicznego uczniów / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2020, nr 119, s. 8-11
22. Pomoc uczniowi w kryzysie / Kamila Lenkiewicz, Tomasz Rowiński // Dyrektor Szkoły. - 2022, nr 2, s. 76-79.
23. Profilaktyka zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w Unii Europejskiej a działania podejmowane w Polsce – dobre praktyki i ograniczenia / Karolina Kręglewska // Psychiatria i Psychologia Kliniczna. - 2021, nr 3, s. 189-196  
<https://www.psychiatria.com.pl/artykul.php?a=1019> [dostęp 16.09.2024]
24. Radzenie sobie z emocjami / Ewa Poradowska // Dyrektor Szkoły. - 2020, nr 7, s. 34
25. Szkolny program ochrony zdrowia psychicznego : metody i narzędzia ewaluacyjne / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 124, s. 17-20

26. Szkolny program ochrony zdrowia psychicznego uczniów. Część I, Diagnoza potrzeb i problemów szkolnej społeczności / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 122, s. 31-34
27. Szkolny program ochrony zdrowia psychicznego uczniów. Część II, Czynniki chroniące związane ze szkołą - klimat i kultura szkoły, rola nauczyciela / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 122, s. 35-38
28. Terapia akceptacji i zaangażowania (ACT) jako metoda wsparcia wybranych zaburzeń psychicznych dzieci i młodzieży / Amanda Błaszczak // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2023, nr 2, s. 17-25
29. Toksyczne piękno Instagrama / Sylwia Pawłowska // Remedium. - 2022, nr 4, s. 9-12
30. Wychowanie ku zdrowiu psychicznemu / Paulina Pawlak // Niebieska Linia. - 2022, nr 5, s. 9-11
31. Wzmacnianie zdrowia psychicznego / Ewa Poradowska // Dyrektor Szkoły. - 2020, nr 7, s. 33
32. Zagrożenia zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w okresie pandemii COVID-19 w opiniach podkarpackich nauczycieli / Małgorzata Zaborniak-Sobczak, Monika Drozd // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2022, nr 1, s. 29-40
33. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w Polsce : wyzwania i rekomendacje / Sylwia Kluczyńska, Ewa Sokołowska // Psychologia Wychowawcza. - 2023, nr 27, s. 67-77
34. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w roku 2020 na podstawie rozmów w 116 111 – telefonie zaufania / Paulina Dąbrowska // Dziecko Krzywdzone. – 2021, nr 2, s. 63-75  
<https://dzieckokrzywdzone.fdds.pl/index.php/DK/article/download/802/651> [dostęp 16.09.2024]
35. Zdrowie psychiczne i dobrostan młodych ludzi w czasie pandemii COVID-19 – przegląd najistotniejszych problemów / Jacek Pyżalski // Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka. - 2021, nr 2, s. 92-115  
<https://bibliotekanauki.pl/articles/1201202> [dostęp 16.09.2024]
36. Zdrowie psychiczne młodzieży / Małgorzata Wójtowicz-Szeffler, Izabela Grzankowska, Monika Deja // Remedium.- 2023, nr 3, s. 17-19
37. Życie z zaciągniętym hamulcem, czyli o niskiej samoocenie uczniów / Marta Nowakowska // Głos Pedagogiczny. - 2023, wrzesień (142), s. 33-36

## RAPORTY

1. Ogólnopolskie badanie jakości życia dzieci i młodzieży w Polsce. Raport Rzecznika Praw Dziecka. – Warszawa 2022  
<https://brpd.gov.pl/wp-content/uploads/2022/03/Za%C5%82%C4%85cznik-do-informacji-o-dzia%C5%82alno%C5%9Bci-RPD-za-rok-2021-Raport-z-og%C3%B3lnopolskiego-badania-jako%C5%9Bci-%C5%BCycia-dzieci-w-Polsce-PDF-42MB.pdf> [dostęp 16.09.2024]
2. Dzieci się liczą. Raport Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę. - Warszawa 2022  
<https://fdds.pl/Resources/Persistent/5/2/2/d/522d74049ede89dba15f7bcd887f14555df37da9/Raport%20FDDS%20-%20Dzieci%20si%C4%99%20Lic%C4%85%202022.pdf> [dostęp 16.09.2024]
3. Wpływ korzystania z social mediów na postrzeganie swojego ciała przez nastolatki/ków. Raport Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, 2021  
<https://fdds.pl/co-robimy/raporty-z-badan/2021-2/wplyw-korzystania-z-social-mediow-na-postrzeganie-swojego-ciala-przez-nastolatki-kow.html> [dostęp 16.09.2024]
4. Profilaktyka problemów zdrowia psychicznego w młodzieżowych ośrodkach wychowawczych w 2020. Wyniki badania ankietowego / Marta Paluch. – Warszawa : ORE 2021  
<https://ore.edu.pl/wp-content/uploads/2021/07/profilaktyka-problemow-zdrowia-psychicznego-w-mlodziezowych-osrodkach-wychowawczych-w-2020-roku-wyniki-badania-ankietowego.pdf> [dostęp 16.09.2024]
5. Młodzież 2021. Raport z badań ilościowych zrealizowanych przez Fundację CBOS, luty 2022  
<https://kcpu.gov.pl/wp-content/uploads/2023/01/Mlodziez-2021-raport-uzupelniony.pdf> [dostęp 16.09.2024]

6. Poprawa ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w Polsce. Raport regulacyjny, 2024  
[https://rzmlaw.com/wp-content/uploads/2024/06/Raport-Poprawa\\_ochrony\\_zdrowia\\_psychicznego\\_dzieci\\_i\\_mlodziwy\\_w\\_Polsce.pdf](https://rzmlaw.com/wp-content/uploads/2024/06/Raport-Poprawa_ochrony_zdrowia_psychicznego_dzieci_i_mlodziwy_w_Polsce.pdf) [dostęp 16.09.2024]
7. Wyniki ogólnopolskiego badania społecznego, dotyczącego korzystania z Internetu przez młodzież. Raport z badań NASTOLATKI 3.0 (2021)  
<https://www.nask.pl/pl/raporty/raporty/4295,RAPORT-Z-BADAN-NASTOLATKI-30-2021.html> [dostęp 16.09.2024]

Olsztyn 16.09.2024 r.

Opracowanie: Małgorzata Zmudczyńska