

## Dobrostan dzieci i młodzieży

### Książki i artykuły ze zbiorów Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej im. Hugona Kołłątaja w Krakowie w wyborze za lata 2016-2024

#### KSIAŻKI

1. Co lubią uczucia? / Tina Oziewicz ; ilustracje Aleksandra Zajac. - Wydanie I. - Warszawa : Wydawnictwo Dwie Siostry, 2022. - 66 s.  
Sygn. wyp. 274731
2. Daj przestrzeń i bądź blisko : mindfulness dla rodziców i ich nastolatków / Eline Snel ; przełożyła Magda Kurmańska. - Wydanie I. - Warszawa : cojanato?, © 2017. - 194 s.  
Sygn. wyp. 271830+CD
3. Dyskursy o emocjach - pedagogika i codzienność szkolna / Irena Przybylska. - Wydanie I. - Katowice : Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, 2018. - 465 s.  
Sygn. wyp. 277614, wyp. 277615
4. Dziecko odporne psychicznie : jak wychować odważne i otwarte dzieci w świecie pełnym lęku? / Muniya S. Khanna, Philip C. Kendall ; przekład Agnieszka Pałynyczko-Ćwiklińska. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2023 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne sp. z o.o., 2024. - 182 s.  
Sygn. wyp. 276397, wyp. 276398
5. Dziecko z zaburzeniami zachowania : metody i formy wsparcia / Barbara Cygan, Barbara Kurowska. - Kraków : Wydawnictwo Naukowe UP, copyright 2021. - 194 s.  
Sygn. wyp. 273618
6. Dzień dobry, moje emocje! : praktyczna pomoc edukacyjna dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym / Renata Malek. - Wydanie I. - Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2019. - 63 s.  
Sygn. wyp. 270527, wyp. 270528

7. Emocje : niby nic, a jednak... / Catherine Dolto, Colline Faure Poirée ; ilustracje Robin ; przełożyła Agnieszka Abémonti-Świrniak. - Wydanie I. - Kraków : Znak Emotikon, 2020. - 106 s.  
Sygn. wyp. 273061
8. Emocje : to, o czym dorośli ci nie mówią (bo często sami nie wiedzą) / napisał Boguś Janiszewski ; narysował Max Skorwider. - Poznań : Wydawnictwo Publicat, © 2022. - 149 s.  
Sygn. wyp. 275706, wyp. 275707
9. Emocje dzieci i młodzieży z trudnościami w rozwoju i zachowaniu / redakcja naukowa Barbara Winczura. - Wyd 2. - Kraków : Oficyna Wydawnicza "Impuls", 2017. - 280 s.  
Sygn. wyp. 268397/II, wyp. 268398/II
10. Emocje dziecka : co czuję? co czujesz? co czujemy? 1 / Urszula Demczuk. - Wydanie III. - Kraków : Wydawnictwo Epideixis, 2023. - 32 s.  
Sygn. wyp. 277103/II
11. Emocje, komunikacja, akceptacja : program profilaktyczno-terapeutyczny dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym : plecak szczęśliwego ucznia / Agnieszka Lasota, Dominika Jońca. - Wydanie pierwsze. - Warszawa : Difin, 2021. - 266 s.  
Sygn. wyp. 273446, wyp. 274861
12. Emocjonalne życie nastolatków : dorastanie w empatii, harmonii i komunikacji ze światem / Lisa Damour ; przekład: Joanna Dźdża. - Warszawa : Mamania, copyright © 2024. - 269 s.  
Sygn. wyp. 276962
13. Gdy emocje biorą górę : jak uczyć dzieci radzenia sobie z trudnymi uczuciami / Magdalena Gut-Orłowska. - Wydanie I. - Warszawa : Samo Sedno Edgard, 2023. - 226 s.  
Sygn. wyp. 275973
14. Gry terapeutyczne dla dzieci : 100 ćwiczeń wzmacniających poczucie własnej wartości, ułatwiających komunikację i kształtujących umiejętności radzenia sobie z problemami / Christine Kalil ; przekład Juliusz Okuniewski. - Wydanie I, dodruk. - Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2024. - 135 s.  
Sygn. wyp. 277765
15. Gry terapeutyczne dla nastolatków : 150 ćwiczeń wzmacniających poczucie własnej wartości, ułatwiających komunikację i kształtujących umiejętności radzenia sobie z problemami / Kevin Gruzewski ; przekład: Juliusz Okuniewski. - Wydanie I, dodruk. - Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2024. - XV, [1], 187 s.  
Sygn. wyp. 277766

16. Jak rozpoznać i pokonać uzależnienie od smartfona : praktyczne wskazówki i ćwiczenia / Hilda Burke ; przedkład Agata Trzecińska-Hildebrandt. - Wydanie I. - Warszawa : Zwierciadło, 2021. - 174 s.  
Sygn. wyp. 272991
17. Każdy czasem się boi : jak pomóc dziecku radzić sobie z lękiem i zmartwieniami : 40 ćwiczeń opartych na terapii poznawczo-behawioralnej, terapii ACT oraz uważności / Agnes Selinger ; ilustracje: Claudio Cerri ; przekład: Agnieszka Cioch. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2022 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne Elżbieta Zubrzycka, 2023. - 126 s.  
Sygn. wyp. 276528, wyp. 276634
18. Kierunek: offline : jak znaleźć cyfrową równowagę i zrozumieć e-dzieciństwo swojego dziecka? / Agnieszka Krzyżanowska. - Bielsko-Biała : Wydawnictwo Pascal, 2020. - 238 s.  
Sygn. wyp. 273335
19. Kolorowy potwór : doktor od emocji oraz zestaw do regulacji emocjonalnej / Anna Llenas ; [przekład Zofia Raczek ; redakcja Kamila Wrzesińska ; korekta Ewelina Sobol]. - Warszawa : Mamania, Copyright © 2023. - 52 s.  
Sygn. wyp. 275777
20. Księga emocji / María Menéndez-Ponte ; ilustracje Judi Abbot ; z języka katalońskiego przełożyła Karolina Jaszecka. - Katowice : Debit, 2021. - 196 s.  
Sygn. wyp. 273116
21. Mindfulness dla dzieci : pomóż swojemu dziecku osiągnąć spokój i zadowolenie od śniadania do dobranocki / Uz Afzal. - Wydanie I. - Łódź : Studio Koloru, 2020. - 176 s.  
Sygn. wyp. 273164/II
22. Moja supermoc : uważność i spokój żabki : historie, gry i zabawy mindfulness / Eline Snel ; ilustracje Marc Boutavant ; książka zawiera 5 historii autorstwa Marie-Agnès Gaudrat ; tłumaczenie Blanka Łyszkowska. - Wydanie I. - Warszawa : Wydawnictwo CoJaNaTo, copyright © 2018. - 96 s.  
Sygn. wyp. 275506
23. Moje niepokoje : jak radzić sobie z lękiem i stresem, wykorzystując techniki uważności : 55 ćwiczeń dla dzieci w wieku 8-12 lat / Amy Nasamran ; przekład Agnieszka Pałynyczko-Ćwiklińska. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne E. Zubrzycka, 2023. - 139 s.  
Sygn. wyp. 276529, wyp. 276530

24. Na emocjonalnej karuzeli : jak pokonać samokrytycyzm, opanować emocje i zaakceptować siebie dzięki technikom uważności i współczucia / Karen Bluth ; przekład: Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2022 rok. - Sopot : GWP, 2023. - 165 s.  
Sygn. wyp. 276639, wyp. 276640
25. Opieka, pomoc, wsparcie w edukacyjnej rzeczywistości : potrzeby i działania / redakcja naukowa Wiesława Walc. - Rzeszów : Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, 2019. - 153 s.  
Sygn. wyp. 270904
26. Oswoić złość : jak poradzić sobie z emocjami i odzyskać radość życia dzięki technikom ACT / Robyn D. Walser, Manuela O'Connell ; przekład: Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2023. - 227 s.  
Sygn. wyp. 276427, wyp. 276428
27. Pozytywne interwencje psychologiczne : dobrostan a zachowania intencjonalne / Łukasz D. Kaczmarek ; [recenzent Helena Sęk]. - Poznań : Zys i S-ka Wydawnictwo, cop. 2016. - 303 s.  
Sygn. wyp. 267054
28. Praktyka uważności - 75 prostych medytacji : ćwiczenia mindfulness, które pomogą pokonać stress i osiągnąć wewnętrzny spokój / Matthew Sockolov ; tłumaczenie Agnieszka Rolka-Piotrowska. - Wydanie I. - Białystok : Studio Astropsychologii, 2021. - 211 s.  
Sygn. wyp. 275304
29. Rezyliencja : jak ukształtować fundament spokoju, siły i szczęścia / Rick Hanson, Forrest Hanson ; przekład: Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2018 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2024. - 255 s.  
Sygn. wyp. 276399, wyp. 276400
30. Rozpoznawanie, nazywanie i regulowanie emocji przez dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym / Natalia Jach-Salamon, Barbara Gawda. - Lublin : Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2023. - 104 s.  
Sygn. wyp. 276994/II, wyp. 276995/II
31. Rozwój emocjonalny od niemowlęctwa do dorastania : kierunki rozwoju kompetencji emocjonalnych i problemów emocjonalnych / Dale F. Hay ; przekład Mateusz Jastrzębski. - Wydanie pierwsze. - Warszawa : Difin, © copyright 2021. - 190 s.  
Sygn. wyp. 277212, wyp. 277213

32. Scenariusze zajęć z zakresu rozwoju kompetencji emocjonalnych i komunikacyjnych dzieci i młodzieży w szkole podstawowej / Magdalena Wegner-Jezierska ; ilustracje: Dawid Żabiński. - Wydanie III. - Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2022. - 153 s.  
Sygn. wyp. 274823
33. Silna psychika : poradnik wzmacniania odporności psychicznej na trudne czasy / Zbigniew Ryżak. - Gliwice : Sensus/Helion, cop. 2023. - 218 s.  
Sygn. wyp. 277753, wyp. 277754
34. Sposoby na złość, gniew i dobre relacje : 4 potwory i złość prezentują : workbook inspirowany terapią DBT / Christina Kress ; tłumaczenie Urszula Ruzik-Kulińska. - Polish edition. - [Olsztyn] : Levyz Anna Kmieciak, copyright © 2023. - VIII, 131 s.  
Sygn. wyp. 275736
35. Uczeń z zaburzeniami psychicznymi : wybrane zagadnienia wsparcia psychologiczno-pedagogicznego / Piotr Majewicz, Jacek Sikorski. - Kraków : WNUP, 2022. - 187 s.  
Sygn. wyp. 275584
36. Uwaga małej żabki : ćwiczenia mindfulness dla rodziców i ich maluchów / Eline Snel ; przełożyła Blanka Łyszkowska ilustracje: Marc Boutavant. - Wydanie I. - Warszawa : Wydawnictwo CoJaNaTo, copyright 2020. - 180 s.  
Sygn. wyp. 275498
37. Wsparcie dziecka w rodzinie i pieczy zastępczej : ujęcie praktyczne / Piotr Domaradzki, Jerzy Krzyszkowski. - Łódź : Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, 2016. - 256 s.  
Sygn. wyp. 267018, wyp. 267019
38. Zaburzenie obsesyjno-kompulsyjne u nastolatków : jak poradzić sobie z natrętnymi myślami i kompulsjami dzięki technikom uważności i terapii poznawczo-behawioralnej / Jon Hershfield ; ilustracje Sean Shinnock ; przekład Sylwia Pikiel. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2022. - 124 s.  
Sygn. wyp. 276697
39. Zdrowie emocjonalne : przemień lęk, złość i zazdrość w twórczą energię / Osho ; przełożył Paweł Karpowicz. - Wydanie piąte. - Warszawa : Wydawnictwo Czarna Owca, 2024. - 253 s.  
Sygn. wyp. 276712
40. Zdrowie emocjonalne młodzieży / Ireneusz Kowalewski, Jan L. Franczyk. - Kraków : PETRUS, © copyright 2017. - 197 s.  
Sygn. wyp. 269383

41. Zdrowie psychiczne : instrukcja obsługi / Aleksandra Pięta. - Warszawa : Grupa Wydawnicza Foksal, 2024. - 296 s.  
Sygn. wyp. 277759, wyp. 277760
42. Zdrowie psychiczne : współczesne zagrożenia i możliwości wzmacniania / Ewa Wilczek-Rużyczka, Magdalena Kwak. - Wydanie I. - Warszawa : PZWL, 2022. - 155 s.  
Sygn. wyp. 273971
43. Zrozumieć emocje / Dacher Keltner, Keith Oatley, Jennifer M. Jenkins ; przekład Małgorzata Guzowska ; redakcja naukowa polskiego wydania Kamil Imbir. - Wydanie II. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN SA, 2021. - XVII, [1], 608, [3] s.  
Sygn. wyp. 272963/II, wyp. 272964/II

#### ARTYKUŁY Z CZASOPISM

44. Cisza w edukacji i wychowaniu, czyli jak dbać o dobrostan psychofizyczny dzieci i młodzieży / Teresa Olearczyk // Hejnał Oświatowy. - 2024, nr 6/7, s. 20-26  
Sygn. C. 1796
45. Dlaczego aktywność fizyczna jest tak dobra dla Twojego mózgu, czyli co mają mięśnie do "dobrostanu naszej głowy"? / Joanna Podgórska // Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2020, nr 3/4, s. 70-79  
Sygn. C.30 Mag. D
46. Dobrostan nauczyciela i ucznia - w trosce o promocję zdrowia psychicznego po pandemii COVID-19 / Krzysztof Gerc // Hejnał Oświatowy. - 2022, nr 2, s. 7-11  
Sygn. C. 1796
47. Dobrostan to stan naturalny / Małgorzata Taraszkiewicz // Hejnał Oświatowy. - 2022, nr 2, s. 12-18  
Sygn. C. 1796
48. Dziecko inteligentne emocjonalnie : wspieranie rozwoju emocjonalnego / Anna Naruszewicz // Remedium. - 2020, nr 4, s. 25-27  
Sygn. C. 1840
49. Emocje po prostu są : scenariusz zjęć edukacyjnych / Elżbieta Kasprzyszak // Biblioteka w Szkole. - 2019, nr 10, s. 11-15  
Sygn. C. 1768

50. Emocje przeżywane przez dzieci w obliczu ekranów i wpływ ekranów na ich kompetencje emocjonalne / Katarzyna Nowak // Remedium. - 2021, nr 10, s. 10-12  
Sygn. C. 1840
51. Gdy rodzic stara się za bardzo : nadmierna koncentracja na dziecku w ujęciu Bowena a doświadczany przez nie dobrostan psychiczny / Anna Józefczyk // Psychologia Wychowawcza. - Nr 27 (2023), s. 23-36  
Sygn. C. 807
52. Hygge: koncepcja i wpływ na dobrostan społeczny i emocjonalny / Katarzyna Bocheńska-Włostowska // Remedium. - 2023, nr 7/8, s. 2-4  
Sygn. C. 1840
53. Jak wspierać ucznia w rozwijaniu umiejętności zarządzania emocjami? / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Życie Szkoły. - 2022, nr 8, s. 19-22  
Sygn. C. 31
54. Jak zdobyć siłę i odporność psychiczną? / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Życie Szkoły. - 2020, nr 7, s. 21-25  
Sygn. C. 31
55. 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  
Sygn. C. 124
56. Media elektroniczne a emocje najmłodszych : tablet, smartfon - wróg czy przyjaciel w kształtowaniu rozwoju emocji / Kamila Olga Stępień-Rejszel // Wychowanie w Przedszkolu. - 2019, nr 5, s. 4-10  
Sygn. C. 146
57. Mindfulness - nowa metoda czy realne wsparcie? : nauczyciel i praktyka uważności / Agnieszka Pawłowska // Biblioteka w Szkole. - 2021, nr 6, s. 6-9  
Sygn. C. 1768
58. Mindfulness dla dzieci : ćwiczenia poprawiające samopoczucie oraz pomagające zachować spokój i kontrolę / Magdalena Krzelowska // Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2020, nr 5, s. 22-24  
Sygn. C.30 Mag. D
59. Mindfulness na co dzień / Iwona Karpińska // Życie Szkoły. - 2021, nr 9, s. 32-38  
Sygn. C. 31

60. Mindfulness w klasie / Dorota Zając // Życie Szkoły. - 2022, nr 9, s. 16-20  
Sygn. C. 31
61. Naukowo o emocjach : scenariusz zajęć z wykorzystaniem interaktywnych narzędzi internetowych / Izabela Stefańska // Biblioteka w Szkole. - 2023, nr 3, s. 30-32  
Sygn. C. 1768
62. Nie ma dobrych czy złych emocji - one po prostu są / Anna Meslin // Życie Szkoły. - 2018, nr 12, s. 2-5  
Sygn. C. 31
63. Odporność psychiczna u uczniów - jak ją kształtować? / Iwona Sikorska // Hejnał Oświatowy. - 2017, nr 10, s. 11-15  
Sygn. C. 1796
64. Porozmawiajmy o emocjach i uczuciach / Katarzyna Pawluk // Bibliotekarz. - 2023, nr 6, s. 11-14  
Sygn. C. 886
65. Promocja zasobów niezbędnych do utrzymania dobrostanu psychicznego / Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz // Chowanna. - 2018, t. 2 (51), s. [141]-159  
Sygn. C. 2
66. "Przyjemne z pożytecznym", czyli postrzeganie zabawy jako elementu kształtującego kompetencje emocjonalno-społeczne i podnoszącego poziom dobrostanu psychicznego dziecka / Monika Kalinowska // Wychowanie w Przedszkolu. - 2023, nr 9/10, s. 30-35  
Sygn. C. 146
67. Rola książki i biblioterapii w budowaniu dobrostanu psychicznego człowieka / Lidia Ippoldt // Hejnał Oświatowy. - 2022, nr 2, s. 19-20  
Sygn. C. 1796
68. Rola nauczyciela w procesie wsparcia zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży / Katarzyna Nosek-Kozłowska // Hejnał Oświatowy. - 2023, nr 2, s. 5-9  
Sygn. C. 1796
69. Rozwój emocjonalny dziecka / Anna Naruszewicz // Remedium. - 2020, nr 3, s. 14-16  
Sygn. C. 1840
70. Sceny z życia nastolatków w kontekście ich dobrostanu / Joanna Kołodziejczyk // Remedium. - 2023, nr 10, s. 9-12  
Sygn. C. 1840

71. Zadbać o emocje dziecka w zabawie : metody polegające na odgrywaniu ról / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Życie Szkoły. - 2020, nr 5, s. 4-8  
Sygn. C. 31
72. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży - profilaktyka pierwszego stopnia / Małgorzata Taraszkiewicz // Hejnał Oświatowy. - 2023, nr 2, s. 21-25  
Sygn. C. 1796
73. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w Polsce : wyzwania i rekomendacje / Sylwia Kluczyńska, Ewa Sokołowska // Psychologia Wychowawcza. - Nr 27 (2023), s. 67-77  
Sygn. C. 807
74. Zdrowie psychiczne, higiena psychiczna - edukacja dla dobrostanu psychicznego - aktualność koncepcji i poglądów Kazimierza Dąbrowskiego / Ewa Syrek // Pedagogika Społeczna. - 2019, nr 3, s. 223-[235]  
Sygn. C. 2145
75. Zjawisko mindfulness i jego skuteczność / Dorota Pilna // Geografia w Szkole. - 2022, nr 2, s. 38-44  
Sygn. C. 16