



Chojnice, 10.03. 2025 r.

Pomorska Biblioteka Pedagogiczna w Gdańsku  
Filia w Chojnicach

**Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży. Przyczyny kryzysu.  
Pomoc dzieciom i młodzieży. Zestawienie bibliograficzne**

Zestawienie bibliograficzne odnotowuje zbiory Pomorskiej Biblioteki Pedagogicznej w Gdańsku Filii w Chojnicach w wyborze za lata 2019-2025 oraz aktualne źródła elektroniczne. Podzielone jest ze względu na rodzaj dokumentów na trzy części: książki, artykuły z czasopism, źródła internetowe. W ich obrębie publikacje uszeregowano alfabetycznie według tytułu publikacji.

Książki

1. Asertywność : sięgaj po to, czego chcesz, nie raniąc innych / Robert Alberti, Michael Emmons ; przekład; Maciej Adam Michalski, Patrycja Pacyniak.- Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2022.- ISBN 9788374899369  
Sygn. 36319
2. Autodestruktywność dzieci i młodzieży / Beata Ziółkowska, Jowita Wycisk.- Warszawa : Difin, 2019.- ISBN 9788380857834  
Sygn. 36021
3. Dorastanie w sieci. Jak wspierać i chronić dziecko dojrzewające w cyfrowym świecie / Devorah Heitne.- Białystok : Wydawnictwo Kobiece, 2024.- ISBN 9788383713441  
Sygn. 36485



4. Godziny wychowawcze z nastolatkami : scenariusze zajęć / Anna Radwańska, Anita

Sołtys.- Warszawa : Difin, 2022.- ISBN 9788382701432

Sygn. 36435

5. Heartstopper / Alice Oseman ; przełożyła: Natalia Mętrak-Ruda Warszawa : Jaguar, 2021.-

ISBN 9788382660074

Sygn. 36085/1

6. Jak mówić nie / Michelle Elman ; przekład Arkadiusz Gardaś ; ilustracje Sara Tomate.

Kraków : Zank Emotocon , 2024.- ISBN 9788324099481

Sygn. 36497.

7. Jesteś kimś więcej, niż myślisz : dla nastolatków / Lisa M. Schab ; przekład Anna

Sawicka-Chrapkowicz.- Sopot : GWP, 2023 .- ISBN 9788382581140

Sygn. 36325

8. Młodzież 4.0 : konteksty rozwoju psychoseksualnego / praca zbiorowa pod redakcją

Waldemara Urbanika i Marka Wosia. - Szczecin : "Pedagogium" Wydawnictwo OR TWP w  
Szczecinie, 2022. – ISBN 978-83-87561-51-2

Sygn. 36148

9. 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.- Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne E. Zubrzycka, 2023.- ISBN  
9788367665148

Sygn. 36313

10. Mój smutasek czyli jak nauczyć dzieci mądrego radzenia sobie ze smutkiem / Agnieszka

Gąstoł, Aneta Jegier.- Warszawa : Difin, 2023.- ISBN 9788382702316

Sygn. 36328

11. Myśli samobójcze : jak pokonać ból emocjonalny, odzyskać siłę i przywrócić życiu sens /

Kathryn Hope Gordon ; przekład Sylwia Pikiel.- Sopot : Gdańskie Wydawnictwo



Psychologiczne, 2023.- ISBN 9788382581225

Sygn. 36314

12. Myśli samobójcze u nastolatków : jak pokonać ból emocjonalny, odzyskać siłę i przywrócić życiu sens / Jeremy W. Pettit, Ryan M. Hill ; przekład Sylwia Pikiel.- Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2023.- ISBN 9788382581218

Sygn. 36312

13. Na tropie podejrzanych zachowań : ponad 90 ćwiczeń które pomogą dziecku rozpoznać trudne zachowania u siebie i u innych oraz sobie z nimi radzić / Artur Gębka ; ilustracje i opracowanie graficzne Monika Pollak.- Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne Elżbieta Zubrzycka, 2024.- ISBN 9788367665186

Sygn. 36505

14. Nastolatek w kryzysie : karty terapeutyczne i karty pracy psychologiczno-pedagogicznej / Agnieszka Lasota.- Warszawa : Difin, 2022.- ISBN 9788387201418

Sygn.

36029

15. Nie zaczęło się od ciebie : jak dziedziczona trauma wpływa na to, kim jesteśmy i jak zakończyć ten proces / Mark Wolynn ; przełożyła Maria Reimann.- Warszawa : Wydawnictwo Czarna Owca , 2021.- ISBN 9788382529104

Sygn. 36444

16. Niezwykły mózg nastolatka / Bettina Hohnen, Jane Gilmour & Tara Murphy ; przełożyła Małgorzata Guzowska.- Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN SA, 2023.- ISBN 9788301231484

Sygn. 36315

17. Pokonaj lęk : jak przestać się zamartwiać i przezwyciężyć fobię, panikę i obsesję / Martin M. Antony, Peter J. Norton ; przekład: Robert Mitoraj.- Kraków : Wydawnictwo eSpe, 2019.- ISBN 9788374829496

Sygn. 35000



18. Pomoc dziecku w cyberpułapce : poradnik dla rodziców / Bogna Białecka, Aleksandra Gil.-Warszawa: Eureka, 2022.- ISBN 9788380799691

Sygn.36499

19. Porozmawiaj ze mną! : karty pracy dla uczniów szkoły ponadpodstawowej do zajęć rewalidacyjnych / Ewa Gnatowska.- Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2023.- ISBN 9788383093369

Sygn. 36453

20. Przemoc seksualna : interdyscyplinarne studium zjawiska / pod redakcją naukową Renaty Gardian-Miałkowskiej.- Kraków : Oficyna Wydawnicza "Impuls", 2021.- ISBN 9788366990067

Sygn. 36263

21. Seksualność dzieci i młodzieży - (nie)trudności pedagogiczne i psychoterapeutyczne / Marta Jurczyk, Monika I. Dąbkowska .- Toruń : Wydawnictwo Adam Marszałek, 2022.- ISBN 9788381805315

Sygn. 36239

22. Strach ucieleśniony : mózg, umysł i ciało w terapii traumy / Bessel Van der Kolk ; przełożyła Małgorzata Załoga.- Warszawa : Wydawnictwo Czarna Owca,2024.- ISBN 9788382526943

Sygn. 36492

23. Szkoła w sytuacji trudnej : zdążyć z pomocą / redakcja naukowa Beata Szurowska. Warszawa : Difin, 2020.- ISBN 9788380857476

Sygn. 35347

24. Terapia dobrostanu psychicznego : leczenie i zastosowania kliniczne / Giovanni A. Fava ; redaktor polskiego wydania Agnieszka Woźniewicz-Grzymała.- Warszawa : Moc Media, 2023.- ISBN 9788367133463

Sygn. 36486



25. Terapia pedagogiczna w teorii i działaniu : wybrane zagadnienia / Barbara Skałbana,

Teresa Lewandowska-Kidoń.- Kraków : Impuls, 2022.- ISBN 9788382940176

Sygn. 35436

26. Terapia poznawczo-behawioralna zaburzeń lękowych u młodzieży : program Lęk :

podręcznik terapeuty / Philip C. Kendall, Muniya Choudhury, Jennifer Hudson, Alicia Webb

; przekład i adaptacja Anna Ćwiklińska-Zaborowicz, Joanna de Flassilier-Popławska, Monika

Kiełtyka-Czech.- Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2019.-ISBN

9788374894746

Sygn. 34960

27. Terapia zaburzenia obsesyjno-kompulsyjnego dzieci i młodzieży : 8-17 lat : podręcznik

terapeuty / John Piacentini, Audra Langley, Tami Roblek ; przekład Sylwia Pikiel.- Sopot :

GWP, 2022.- ISBN 9788374899567

Sygn. 36461

28. To (nie) ja : jak zaakceptować dawne traumy i pójść dalej / Anabel Gonzales ; przekład:

Barbara Łukomska.- Łódź : Feeria Wydawnictwo, 2023.- ISBN 9788367604505

Sygn. 36283

29. Udzielanie i dokumentowanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej w szkole

i przedszkolu / Marzenna Czarnocka.- Warszawa : Wiedza i Praktyka, 2020.- ISBN

9788326986383

Sygn. 35350

30. Ukoić siebie : czyli Jak oswoić lęk i traumę / Ewa Woydyłło, Martyna Harland.- Kraków

: MANDO, 2022.- ISBN 9788327730671

Sygn. 35719

31. W pułapce myśli - dla nastolatków : jak skutecznie poradzić sobie z depresją, stresem i

lękiem / Louise Hayes, Ann Bailey, Joseph Ciarrochi ; przekład: Agnieszka Cioch.- Sopot :



Sygn. 36495

32. Zajęcia z wychowawcą : ćwiczenia, gry i karty pracy dla uczniów klas IV-VIII szkoły podstawowej / Anna Kaim.- Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2022.- ISBN

9788383091334

Sygn. 36480

33. Zajęcia z wychowawcą : ćwiczenia, gry i karty pracy dla uczniów klas IV-VIII szkoły podstawowej / Anna Kaim.- Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2022.- ISBN

9788383091334

Sygn. 36480

34. Zdrowe granice - zdrowe relacje / Sharon Martin ; przekład: Agnieszka Pałynyczko-Ćwiklińska.- Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2023.- ISBN.-

9788382581263

Sygn.

36318

### Artykuły z czasopism

1. Czemu oni boją się życia? / Lidia Ippoldt, Roksana Kociołek-Kaszyńska // Biblioteka w Szkole. - 2020, nr 10, s. 48-50 .- ISSN 0867-5600

2. Integracja działań wielosektorowych w ochronie dzieci przed przemocą: bariery oraz modele rozwoju / Ewa Jarosz // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2021, nr 2, s. 33-42.- ISSN 0552-2188



3. Jak pomagać nastolatkom z zaburzeniami depresyjnymi? Strategie zapobiegania i wsparcia / Katarzyna Dmitruk-Sierocińska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2024, nr 1, s. 16-32.- ISSN 0552-2188
4. Kiedy dziecko zgłasza przemoc: jak z nim rozmawiać, aby mu nie zaszkodzić? / Agnieszka Ludorowska // Życie Szkoły. - 2022, nr 2-3, s. 16-21.- ISSN 0137-7310
5. Kształtowanie odporności psychicznej dzieci i młodzieży w obliczu tendencji współczesności stanowiących czynniki ryzyka dla zdrowia psychicznego / Patrycja Curyło-Sikora// Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2022, nr 6, s. 3-19.- ISSN 0552-2188
6. Kryzys psychiczny dzieci i młodzieży w Polsce : poszukiwanie rozwiązań - Środowiskowe Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży / Bernadetta Kosewska // Szkoła Specjalna. -2022, nr 4, s. 314-317.- ISSN 0137-818X
7. Kryzys samobójczy w ujęciu biegłego sądowego /Marlena Stradomska // Życie Szkoły. - 2024, nr 2, s. 23-27.- ISSN 0137-7310
8. O czym mówi poranione ciało, czyli czym są samouszkodzenia niesamobójcze i jak je rozpoznawać? / Marta Korporowicz // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2021, nr 10, s. 17-27.- ISSN 0552-2188
9. Poczucie koherencji i niekorzystne sytuacje życiowe studentów - czy przeciwności losu wzmacniają ? /Irena Jelonkiewicz // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2022, nr 6, s. 4866-19.- ISSN 0552-2188
10. Profilaktyka uzależnień : podstawy skutecznego wsparcia dzieci i młodzieży z grup podwyższonego ryzyka - ewaluacja projektu / Ireneusz Siudem // Serwis Informacyjny Uzależnienia. - 2023, nr 2, s. 18-25.- ISSN 2543-8816



11. Przemoc : jak wychwytywać niepokojące oznaki i podejmować odpowiednie działania? / Agnieszka Ludorowska // Wychowanie w Przedszkolu.- 2020, nr 8, s. 11-12, 14 il. -ISSN 0137-8082
12. Przemoc psychiczna odrzucenie, izolacja, ignorowanie: rola placówki w przeprowadzeniu interwencji / Ilona Mazek // Życie Szkoły. - 2023, nr 9/10, s. 24, 26-27.-ISSN 0137-7310
13. Rodzina jako "przestrzeń chroniąca" dziecko przed cyberprzestrzenią : analiza teoretyczna z elementami praktyki opiekuńczo-wychowawczej / Urszula Kazubowska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2023, nr 5, s. 3-17.- ISSN 0552-2188
14. Syndrom FOMO w grupie adolescentów- zagrożenia i profilaktyka : przegląd teoretyczny / Angelika Kleszczewska-Albińska , Krystian Ptak // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2024, nr 6, s. 51-65.- ISSN 0552-2188
15. System rekomendacji programów profilaktycznych i promocji zdrowia psychicznego w Polsce / Agnieszka Pisarska // Serwis Informacyjny Uzależnienia.- 2019, nr 1, s. 8-13.- ISSN 2543-8816
16. Szept, ale czy w dobrej sprawie?- czyli o moralnych dylematach nastolatków poruszających się w wirtualnym świecie / Lidia Ippoldt // Biblioteka w Szkole.- 2021, nr 10, s. 50-[51].- ISSN 0867-5600
17. Terapia akceptacji i zaangażowania (ACT) jako metoda wsparcia wybranych zaburzeń psychicznych u dzieci i młodzieży / Amanda Błaszczak // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.- 2023, nr 2, s. 16-25.- ISSN 0552-2188
18. Wirtualne zniewolenie w świecie gier sieciowych / Karol Kowalczyk // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.- 2020, nr 7, s. 20-28. - ISSN 0552-2188
19. Wdrażanie mediacji rówieśniczych jako komponent profilaktyki i bezpieczeństwa w szkole podstawowej / Monika Kurzynoga // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.- 2024, nr 8, s. 19-30. - ISSN 0552-2188





21. Wspieranie ucznia z nadwagą i otyłością w społeczności szkolnej / Dorota Zając // *Życie Szkoły*.- 2024, nr 1, s. 20-23.- ISSN 0137-7310

22. Zaburzenia depresyjne - skąd się biorą i jakie sygnały wysyłane przez dzieci i młodzież powinny zaniepokoić dorosłych / Katarzyna Dmitruk-Sierocińska // *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*.- 2023, nr 1, s. 26-41 .- ISSN 0552-2188

23. Zaburzenia lękowe czy zaburzenia nastroju: jakie przejawy umożliwiają ich rozpoznanie u ucznia i właściwą reakcję? / Anna Krawczyk // *Życie Szkoły*.- 2022, nr 2-3, s. 33-38.- ISSN 0137-7310

24. Zagrożenia bezpieczeństwa dziecka we współczesnym świecie : wybrane problemy / Tomasz Sadowski // *Edukacja Wczesnoszkolna*.- 2020/2021, nr 1, s. 25-42.- ISSN 2544-2651

25. Zagubione w sieci. Dzieci w świecie Internetu / Karol Kowalczyk // *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*.- 2023, nr 6, s. 28-37. - ISSN 0552-2188

26. Zespół interwencji kryzysowej w szkole /Marlena Stradomska // *Życie Szkoły*.- 2024, nr 2, s. 23-27.- ISSN 0137-7310

27. Zjawisko ryzykownych zachowań seksualnych adolescentów w przestrzeni wirtualnej wynikających z cyfryzacji świata dzieci i młodzieży / Emilia Wołyniec-Kurkowska // *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*.- 2024, nr 7, s. 3-12. - ISSN 0552-2188

28. Znaczenie ruchu dla zdrowia psychicznego i fizycznego dzieci: propozycje ćwiczeń i zabaw na każdy dzień / Justyna Kapuścińska-Kozakiewicz // *Życie Szkoły*.- 2022, nr 10, s. 10-13.- ISSN 0137-7310

### Źródła internetowe

1. Dzieci się liczą 2022 : raport o zagrożeniach bezpieczeństwa i rozwoju dzieci w Polsce / pod redakcją dr Moniki Sajkowskiej i Renaty Szredzińskiej.- Warszawa: Fundacja Dajemy



Dostęp online: <https://sosdlaedukacji.pl/wp-content/uploads/2023/03/Dzieci-sie-licza-2022-Raport.pdf>

2. Kryzys zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży – profilaktyka, pomoc / Renata Matusiak, Agnieszka Dębicka //Kryzys zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży – profilaktyka, pomoc Kryzys zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży – profilaktyka.- 2023, t. 12-13, s. 238-250.-

SSN 2300-9888; ISSN online 2544-1205

DOI:

<http://dx.doi.org/10.15584/kpe.2023.12.15>

Dostęp

online: <https://journals.ur.edu.pl/kpe/issue/view/451>

3. Uczeń z zaburzeniami psychicznymi w szkole / Joanna Wachowiak, Monika Rudnik.-

Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji, 2020.- ISBN 978-83-66047-97-6

Dostęp online: <https://ore.edu.pl/2020/01/cyfryzacja-procesow-back-office-w-ore/>

Zestawienie sporządziła

Anetta Wielewska

Opisy bibliograficzne sporządzono na podstawie danych z baz komputerowych PBP i są zgodne z obowiązującymi normami:

PN-ISO 690:2012 Informacja i dokumentacja. Wytyczne opracowania przypisów bibliograficznych i powołań na zasoby informacji.

**Pomorska Biblioteka Pedagogiczna**  
im. Gdańskiej Macierzy Szkolnej w Gdańsku



Instytucja Samorządu  
Województwa Pomorskiego

**Andrzej Wielewski**

Kierownik

Pomorska Biblioteka Pedagogiczna w Gdańsku

Filia w Chojnicach

ul. Wysoka 3

89-600 Chojnice

[www.pbp.gda.pl](http://www.pbp.gda.pl)

[chojnice@pbp.it.pl](mailto:chojnice@pbp.it.pl)

tel. 52 396 72 25