

Wspieranie dobrostanu dzieci i młodzieży, ich zdrowia psychicznego: zestawienie bibliograficzne w wyborze

Wydawnictwa zwarte

1. Auksologia a promocja zdrowia. T. 4 / pod redakcją Andrzeja Jopkiewicza. – Kielce : Kieleckie Towarzystwo Naukowe, 2007. – 291, [1] strona
2. Ćwiczenia na pogodę ducha : zachowaj dobry humor na co dzień : dla dzieci w wieku 7-11 lat z fachowymi wskazówkami dla dorosłych! / Imogen Harrison ; [opracowanie naukowe: Anna Martin]. - Wydanie I. – Kraków : Lingea, 2022. – 123, [5] stron : ilustracje ; 24 cm
3. Dorastająca młodzież wobec problemu własnego zdrowia / Bożena Zawadzka. – Kraków: Akademia Wychowania Fizycznego, 2007. – 304 strony
4. Dobrostan psychiczny adolescenta w obliczu realizacji rozwojowych zadań społecznych / Ludwika Wojciechowska. W: Zaburzenia w zachowaniu dzieci i młodzieży w kontekście trudnych sytuacji szkolnych i pozaszkolnych / redakcja naukowa Danuta Borecka-Biernat. – Kraków : Impuls, 2011. – Strony 13-39
5. Kompetencje diagnostyczne i terapeutyczne nauczyciela / pod redakcją naukową Danuty Wosik-Kawali, Teresy Zubrzyckiej-Maciąg. – Kraków : "Impuls", 2011. – 248 stron
6. Kto wychowuje nasze dzieci : Big Tech, big business a życie naszych dzieci / Susan Linn. - Wydanie I. – Warszawa : CeDeWu, 2023. – 382, [1] strona ; 24 cm
7. Mózg na tak : jak pielęgnować w dziecku odwagę, ciekawość i odporność psychiczną / Daniel J. Siegel, Tina Payne Bryson. – Warszawa : Mamania, copyright 2023. – 217, [5] stron
8. Nauczyciel : czas, przestrzeń, szkoła, otoczenie i jego (nie)znany wymiar / redakcja naukowa Ewa Pasterniak-Kobylecka i Małgorzata Kabat. – Toruń : Wydawnictwo Adam Marszałek, 2022. – 237, [1] strona
9. Poczuj się dobrze : 52 sposoby na poprawę jakości życia / Natalia Sosin-Krosnowska. - Wydanie I. – Kraków : Znak Koncept, 2023. – 255, [1] strona : ilustracje ; 21 cm
10. Pozytywne interwencje psychologiczne : dobrostan a zachowania intencjonalne / Łukasz D. Kaczmarek. – Poznań : Zys i S-ka, copyright 2016. – 303 stron
11. Rodzeństwo : znaczenie relacji z braćmi i siostrami dla naszego rozwoju i dobrostanu / Naomi White, Claire Hughes ; redakcja naukowa polskiego wydania Marta Białecka Pikul. - Wydanie pierwsze. – Warszawa : PWN, 2021. – 296, [1] strona ; 21 cm

12. Rozwój integralny dzieci i młodzieży ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi : środowisko i programy wspomagające / redakcja naukowa Mirosław Z. Babiarczy. – Kielce : Wydawnictwo Uniwersytetu Jana Kochanowskiego, 2013. – 500 stron
13. Silna psychika : poradnik wzmacniania odporności psychicznej na trudne czasy / Zbigniew Ryżak. – Gliwice : Sensus, copyright 2023. – 218, [1] strona : ilustracje ; 21 cm
14. Terapia dobrostanu psychicznego : leczenie i zastosowania kliniczne / Giovanni A. Fava; redaktor polskiego wydania Agnieszka Woźniewicz-Grzymała. – Wydanie pierwsze. – Warszawa : Moc Media, 2023. – 32 strony
15. W świecie porozumienia bez przemocy : praktyczne narzędzia do budowania więzi i komunikacji / Marshall B. Rosenberg. – Podkowa Leśna : MiND, 2013. – 206 stron
16. Zasoby osobiste i społeczne a dobrostan psychiczny wychowanków młodzieżowych ośrodków wychowawczych / Anna Dąbrowska. – Wydanie pierwsze. – Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2023. – 354, [2] strony
17. Zdrowie dzieci i młodzieży w aspekcie fizycznym, psychicznym, społecznym i duchowym / pod redakcją Andrzeja Jopkiewicza i Jana Schejbala. – Kielce : KTN, 1998. – 235, [1] strona
18. Zdrowie psychiczne : instrukcja obsługi / Aleksandra Pięta. – Warszawa : Wydawnictwo WAB, [2024]. – 293, [11] stron : ilustracje ; 23 cm

Wydawnictwa ciągłe

1. 5 wskazówek jak dbać o dobrostan psychiczny / Dorota Uliasz. W: Magazyn Pielęgniarki i Położnej. – 2023, nr 10, s. 42-43
2. Dbam o swój dobrostan psychiczny / Ewelina Polak-Janik. W: Głos Pedagogiczny : czasopismo dla pedagogów i psychologów szkolnych, pedagogów specjalnych, wychowawców. – 2023, nr listopad (144), strony 31-33
3. Demaskowanie jako niezbędny czynnik odzyskiwania dobrostanu przez dziewczyny i kobiety w spektrum autyzmu / Paulina Zawadzka. W: Terapia Specjalna Dzieci i Dorosłych. – 2024, nr [3] (37), s. 36-41
W artykule opisano zjawisko "zakładania masek", czyli dopasowywania się do środowiska przez dziewczyny i kobiety w spektrum autyzmu. Wskazano w jaki sposób budować samoświadomość by móc budować prawidłowe relacje z innymi.
4. Dobrze życie pomimo trudów, niepewności i wyzwań / Malwina Huńczak. W: Charaktery : magazyn psychologiczny. – 2023, nr 2, s. 74-76
5. Dobrobyt materialny rodziny a marzenia dzieci w kontekście dobrostanu psychicznego / Małgorzata Kierzkowska, Karolina Skarbak-Jaskólska. W: Kultura i Wychowanie : półrocznik pedagogiczny. – 2019, nr 1, s. 111-125
https://ojs.ahelodz.pl/index.php/kultura_i_wychowanie/issue/view/11/33

6. Dzieci i młodzież w kryzysie psychicznym - skala problemu / Katarzyna Kulesza. W: Świat Problemów. – 2023, nr 6, s. 3-5
7. Dzieciństwo w antropocenie : (informacja o raporcie UNICEF - "Miejsca i przestrzenie : wpływ środowiska na dobrostan dzieci") / Izabela Kasprowicz. W: Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. – R. 64, nr 3 (2024), s. 5-11
8. Gdy rodzic stara się za bardzo - nadmierna koncentracja na dziecku w ujęciu Bowena a doświadczany przez nie dobrostan psychiczny / Anna Józefczyk. W: Psychologia Wychowawcza. – 2023, nr 27, s. 23-36
<https://e-psychologiawychowawcza.pl/>
9. Generacja Alfa i trendy edukacyjne odpowiadające na jej potrzeby Marta Nowakowska. W: Życie Szkoły. – 2024, nr 4, s. 10-12
10. Innowacyjne nauczanie / Maciej Błaszak. W: Głos Pedagogiczny. – 2024, nr wrzesień (150), strony 51-57
11. Jak radzić sobie z oporem ze strony ucznia lub jego rodziców? / Agnieszka Wiankowska. W: Głos Pedagogiczny. – 2024, kwiecień (147), s. 40-43
12. Jak zdobyć siłę i odporność psychiczną? / Aleksandra Kubala-Kulpińska. W: Życie Szkoły. – 2020, nr 7, s. 21-25
Jak dbać w placówce o zdrowie psychiczne uczniów: dobrostan psychologiczny, emocjonalny i społeczny. Autorka proponuje wdrożenie w placówce Programu Promocji Zdrowia Psychicznego oraz podaje kilka prostych ćwiczeń i gier mających na celu wzmacnianie odporności psychicznej uczniów.
13. Mózg społeczny, czyli czego potrzebuje człowiek, by uniknąć bólu związanego z wykluczeniem / Adriana Kłoskowska. W: Biologia w Szkole. - 2021, nr 5, s. 25-29
Opisano jak ważne dla dobrostanu psychicznego człowieka są budowanie więzi społecznych i potrzeba poczucia przynależności. Podano pięć kategorii uczniów ze względu na sieć ich powiązań w grupie rówieśniczej. Wskazano jakie techniki socjometryczne mogą wykorzystywać nauczyciele do badania relacji społecznych w grupie, w celu przeciwdziałania wykluczeniom.
14. Muzyka, która leczy / Bartłomiej Tarkowski. W: Charaktery. – 2021, nr 10, s. 62-63
Muzykoterapia. Wykorzystanie muzyki w celu poprawy samopoczucia i dobrostanu psychicznego.
15. Na rzecz "zdrowej" szkoły/ Dawid Gondek. W: Psychologia w Szkole. – 2014, nr 5, s. 14-19
Wyniki badań z 10 krajów europejskich nt. w jaki sposób szkoły wspierają zdrowie psychiczne i dobrostan u swoich uczniów.
16. Nastolatki na zakręcie / Agnieszka Gruszczyńska. W: Monitor Dyrektora Przedszkola. – 2023, nr 10, s. 12-13
17. Naukowa teoria szczęścia - jak wpływać na swój dobrostan psychiczny / Dorota Uliasz W: Magazyn Pielęgniarki i Położnej. – 2023, nr 5, s. 28-29.

18. Ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w dokumentach międzynarodowych. Cz. 1 / Joanna Szymańska. W: Remedium. – 2010, nr 11, s. 32
19. Ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w dokumentach międzynarodowych. Cz. 2 / Joanna Szymańska. W: Remedium. – 2011, nr 1, s. 32
20. Otwarcie o zdrowiu psychicznym / Jarosław Karpiński. W: Głos Nauczycielski. – 2024, nr 25/26, s. 10
21. Pozytywne interwencje a teoria zachowania planowanego - wyjaśnianie i kształtowanie intencji związanych z poprawą własnego dobrostanu / Łukasz Kaczmarek. W: Przegląd Psychologiczny. – 2014, (vol. 57), nr 4, s. 463-478
22. Profilaktyka zdrowia emocjonalnego dzieci wychowujących się w rodzinach adopcyjnych i zastępczych / Maria Engler. W: Świat Problemów. – 2023, nr 1, s. 9-12
W artykule poruszono problem ukrywania przed dziećmi faktu, że są adoptowane i negatywnego wpływu tajemnicy na dobrostan psychiczny dziecka. Podano wskazówki jak rozmawiać z dziećmi o historii ich życia oraz jak pomóc dziecku w kształtowaniu jego tożsamości.
23. Przyjaźń a subiektywny dobrostan psychiczny adolescentów / Ludwika Wojciechowska. W: Psychologiczne Zeszyty Naukowe : półrocznik Instytutu Psychologii Uniwersytetu Zielonogórskiego. – 2016, nr 1, s. 75-89
[PZN 1 20 06 2016 DO DRUKU.pdf](#)
24. "Przyjemne z pożytecznym", czyli postrzeganie zabawy jako elementu kształtującego kompetencje emocjonalno-społeczne i podnoszącego poziom dobrostanu psychicznego dziecka / Monika Kalinowska. W: Wychowanie w Przedszkolu. – 2023, nr 9/10, s. 30-35
Propozycje zabaw inspirowanych nurtem Play Therapy oraz książką Charmaine Liebertz "Terapia śmiechem".
25. Sceny z życia nastolatków w kontekście ich dobrostanu / Kołodziejczyk Joanna. W: Remedium. – 2023, nr 10, s. 9-12
26. Strefa Miau : akceptujemy różnorodność / Grażyna Anna Sabillo. W: Biblioteka w Szkole. – 2016, nr 10, dod. Biblioterapia w Szkole nr 10, s. 8-9
27. Szczęście jest wokół nas : scenariusz zajęć biblioterapeutycznych na temat wpływu pozytywnego myślenia na jakość życia / Gabriela Wiktorczyk. W: Biblioteka w Szkole. – 2024, nr 10, s. 8-9
28. Sześć sposobów na twórczą codzienność / Natalia de Barbaro. W: Charaktery : magazyn psychologiczny. – 2020, nr 6-7, s. 111-113
29. Techniki uważności w pracy nad własną odpornością psychiczną / Joanna Flis. W: Głos Pedagogiczny. – 2024, listopad (152), s. 54-58
30. Trauma relacyjna i jej konsekwencje / Sabina Sadecka. W: Charaktery. – 2022, nr 6, s. 62-65
Zdrowe relacje - niezbędne w nabywaniu psychologicznej odporności. Dobrostan człowieka.

31. Uwarunkowania poczucia dobrostanu psychicznego u dzieci w środowisku szkolnym / Marzanna Farnicka, Hanna Liberska. W: Problemy Wczesnej Edukacji. – 2015, nr 4, s. [77]-91
Badania własne obejmują wybrane uwarunkowania poczucia dobrostanu ucznia i jego zmian w czasie pozostawania w systemie oddziaływań szkoły podstawowej. Skoncentrowano się na procesie adaptacji uczniów do sytuacji szkolnej w polskim systemie edukacji. Celem jest pokazanie procesu funkcjonowania uczniów na płaszczyznach: emocjonalnej i społecznej w środowisku szkolnym.
<https://czasopisma.bg.ug.edu.pl/index.php/pwe/article/view/810/550>
32. Uważność daje spokój / Ewa Kochanowska. W: Psychologia w Szkole. – 2015, nr 1, s. 115-121
Deficyty uwagi u dzieci oraz praktykowanie uważności w szkole. Przegląd badań na temat poczucia dobrostanu oraz skuteczności programów popularyzujących idee uważności w szkołach. Ćwiczenie uważności w polskich szkołach oraz w sporcie.
33. Wspieraj odporność psychiczną : podstawowe praktyki uważności dostępne dla każdego Joanna Nogaj. W: Głos Pedagogiczny. – 2024, kwiecień (147) , strony 44-47
34. Wspieranie dobrostanu dzieci i młodzieży, ich zdrowia psychicznego / Ewelina Polak-Janik. W: Głos Pedagogiczny. – 2024, nr październik (151), strony 22-26
35. Wybrane aspekty dobrostanu psychicznego uczniów na różnych etapach edukacji : doniesienia wstępne / Karolina Kossakowska, Magdalena Zadworna. W: Studia Edukacyjne. – 2019, nr 54, s. [221]-235
W kontekście burzliwych zmian rozwojowych ważną kwestią staje się jakość życia i zadowolenie z niego wśród adolescentów. Pojęcia takie, jak dobrostan psychiczny, szczęście, jakość życia, satysfakcja, czy zadowolenie z życia można uznać za bliskoznaczne.
<https://cse.amu.edu.pl/wp-content/uploads/2020/01/54.pdf>
36. Zagrożenia dobrostanu psychicznego u dzieci w wieku 8-12 lat związane z funkcjonowaniem w dobie pandemii / Aneta Poniewierska. W: Buski Kwartalnik Edukacyjny. – 2021, nr 75, s. 4-13
37. Zajęcia dla uczniów jako forma udzielanej im pomocy psychologiczno-pedagogicznej / Małgorzata Łoskot. W: Głos Pedagogiczny. – 2024, listopad (152) , s. 10-14
38. Zdrowie psychiczne, higiena psychiczna – edukacja dla dobrostanu psychicznego : aktualność koncepcji i poglądów Kazimierza Dąbrowskiego [The discourse on alienation of the our present social time]. W: Pedagogika Społeczna. – 2019, nr 3, s. 223-[235]
Artykuł nawiązuje do koncepcji i poglądów Kazimierza Dąbrowskiego (1902–1980) – doktora medycyny i filozofii, psychiatry, psychologa i pedagoga, twórcy koncepcji dezintegracji pozytywnej. Podjęte w tekście analizy dotyczą definicji i rozumienia zdrowia psychicznego i higieny psychicznej w nawiązaniu do współczesnych problemów związanych z pogarszającą się kondycją zdrowia psychicznego naszego społeczeństwa i pilną potrzebą edukacji zdrowotnej. Artykuł w języku angielskim s. 237-248
39. Znajdź spokój w codzienności! : Jak nauczyć się odpoczywać? / Ximena Vengoechea. W: Charaktery : magazyn psychologiczny. - 2024, nr 11/12, s. 80-82

40. Związki między dobrostanem psychicznym - psychopatologią a radzeniem sobie ze stresem u osób z różnymi formami zdrowia psychicznego = Correlations between subjective well-being - psychopathology and coping with stress of people with different forms of mental health / Jacek Konrad Olszewski. W: Psychiatria i Psychologia Kliniczna. – 2012, nr 4, s. 265-272

Analiza badań, których celem było określenie zależności między formami zdrowia psychicznego, które wyznacza poziom satysfakcji z życia i poziom lęku, a rodzajem stosowanych sposobów radzenia sobie ze stresem. Nawiązanie do modelu kompletnego zdrowia psychicznego Keyesa i Lopez. Tekst również w języku angielskim.

<https://www.psychiatria.com.pl/artykul.php?a=221>

Opracowanie: Bożena Dziubek
Korekta: Marta Boszczyk
październik-listopad 2024 r.