



Dobrostan uczniów

Zestawienie bibliograficzne w wyborze za lata 2020-2025 sporządzone w oparciu o zbiory Biblioteki Pedagogicznej w Głogowie.

Wybór literatury pochodzi z:

- bazy bibliograficznej artykułów z czasopism EDUKACJA
- katalogu książek i filmów z zasobu BP w Głogowie.

Książki:

1. **Bądź od małego :holistyczne spojrzenie na zdrowie psychiczne dzieci** /Orina Krajewska i Fundacja Małgosi Braunek "Bądź" ; praca pod redakcją Marty Malik-Ryl. - Gliwice : Sensus, copyright 2025.
Sygnatura: 64425.
2. **Cyfrowe szaleństwo :jak media społecznościowe napędzają kryzys zdrowia psychicznego i jak odzyskać równowagę** /Nicholas Kardaras ; tłumaczenie Agnieszka Jarosz. - Wydanie I. - Warszawa : CeDeWu, 2023.
Sygnatura: 63368.
3. **Dobrostan najmłodszych uczniów w czasie pandemii koronawirusa SARS-CoV-2** /Agnieszka Leszcz-Krysiak. W: Edukacja w procesie zmiany społecznej : o praktycznym zaangażowaniu dyscyplin społecznych / Łódź : Wydawnictwo Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, 2022. – s. 79-99.
Sygnatura: 63264.
4. **Dogadaj się z emocjami :przewodnik po uczuciach : jak lepiej je rozpoznawać i nauczyć się je regulować** /Milena Wojnarowska. - Wydanie I. - Kraków : Znak Koncept, 2024.
Sygnatura: 64944.
5. **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 : GWP, 2023.
Sygnatura: 63761.
6. **Dziecko w sytuacjach stresowych** /redakcja naukowa Małgorzata Cywińska. - Wydanie I. - Poznań : Wydawnictwo Naukowe UAM, 2020.
Sygnatura: 62608.
7. **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.
Sygnatura: 65174.
8. **Emocjonalne życie nastolatków : dorastanie w empatii, harmonii i komunikacji ze światem** / Lisa Damour ; przekład: Joanna Dźdża. - Warszawa : Mamania, copyright © 2024.
Sygnatura: 64160.



-
9. **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.
Sygnatura: 64978.
 10. **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.
Sygnatura: 65176, 64979.
 11. **Jak pomóc nastolatkom w walce ze stresem, lękiem i depresją** /Roy Petitfils ; przekład Laura Bigaj. - Wydanie I. - Kraków : Wydawnictwo eSPe, 2021.
Sygnatura: 62887, 62886, 62885, 62846.
 12. **Jak wychować dziecko na zdrowego psychicznie dorosłego :rozpoznaj zaburzenia osobowości i wspieraj zdrowy rozwój dziecka** /Paulina Pawlak. - Gliwice : Sensus, copyright © 2023.
Sygnatura: 63794.
 13. **Na emocjonalnej karuzeli :jak pokonać samokrytycyzm, opanować emocje i zaakceptować siebie dzięki technikom uważności i współczucia** /Karen Bluth ; przekład: Anna Sawicka-Chrapkiewicz. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2022 rok. - Sopot : GWP, 2022.
Sygnatura: 63683.
 14. **Pokolenie Y na współczesnym rynku pracy :psychospołeczne uwarunkowania startu zawodowego** /Michał Kwiatkowski. - Warszawa : Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej, 2020.
Dostęp: IBUK Libra.
 15. **Rozpoznawanie, nazywanie i regulowanie emocji przez dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym** / Natalia Jach-Salamon, Barbara Gawda. - Lublin : Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2023.
Sygnatura: 63782.
 16. **Scenariusze zajęć wspierających rozwój kompetencji emocjonalnych i społecznych młodzieży w szkole ponadpodstawowej** /Magdalena Wegner-Jezierska ; ilustracje Dawid Żabiński. -- Wydanie I. - Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2022.
Sygnatura: 63263.
 17. **Środowisko społeczne a dobrostan i podmiotowość uczniów w szkole :wyzwania dla przywództwa edukacyjnego** /Joanna Trzópek-Paszkiewicz. - Wydanie I. - Krakow : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2024.
Sygnatura: 64607, 64923.
 18. **Terapia dobrostanu psychicznego :leczenie i zastosowania kliniczne** /Giovanni A. Fava ; redaktor polskiego wydania Agnieszka Woźniewicz-Grzymała. - Warszawa : Moc Media, 2023.
Dostęp: IBUK Libra.
 19. **Traumatyczne doświadczenia z dzieciństwa :jak uleczyć ukryte rany z przeszłości, które wpływają na zdrowie psychiczne i funkcjonowanie w życiu dorosłym** /Glenn R. Schiraldi ; przekład Sylwia Pikiel. - Wydanie pierwsze w języku polskim. -- Sopot : GWP, 2022.
Sygnatura: 63108.



20. **Twój telefon, twoje zasady :jak dzięki higienie cyfrowej żyć po swojemu** /Magdalena Bigaj. - Warszawa : Wydawnictwo W.A.B., 2025.
Sygnatura: 64993.
21. **Zasoby osobiste i społeczne a dobrostan psychiczny wychowanków młodzieżowych ośrodków wychowawczych** /Anna Dąbrowska. - Wydanie I. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2023.
Sygnatura: 63895.

Artykuły z czasopism:

1. **Dbam o swój dobrostan psychiczny** /Ewelina Polak-Janik //Głos Pedagogiczny. - 2023, nr [7] (144), s. 31-33.
W artykule zaprezentowano scenariusz zajęć dla **uczniów** klas IV-VIII szkoły podstawowej. Ich celem jest m.in. uświadomienie **uczniom** jak istotne jest dbanie o swoje zdrowie psychiczne.
2. **Emocje przeżywane przez dzieci w obliczu ekranów i wpływ ekranów na ich kompetencje emocjonalne** /Katarzyna Nowak //Remedium. - 2021, nr 10, s. 10-12.
W artykule ukazano wpływ korzystania przez dzieci z telewizorów, tabletów, telefonów komórkowych i innych mediów cyfrowych na ich zdolność rozumienia emocji i rozwój kompetencji społecznych.
3. **Gdy rodzic stara się za bardzo – nadmierna koncentracja na dziecku w ujęciu Bowena a doświadczany przez nie dobrostan psychiczny** /Anna Józefczyk //Psychologia Wychowawcza T. 69, Nr 27 (2023), s.[23]-36.
Artykuł omawia mechanizm nadmiernej koncentracji rodziców na dziecku na podstawie koncepcji M. Bowena i przedstawia doniesienia empiryczne, wskazujące na jego znaczenie dla pozytywnego ujęcia zdrowia, rozumianego w kategoriach dobrostanu psychicznego.
4. **Hygge: koncepcja i wpływ na dobrostan społeczny i emocjonalny** /Katarzyna Bocheńska-Włostowska //Remedium. - 2023, nr 7/8, s. 2-4.
W artykule wyjaśniono na czym polega, pochodząca z Danii koncepcja "hygge" i dlaczego staje się coraz popularniejsza. Wskazano jej pozytywne i negatywne strony.
5. **Jak zdobyć siłę i odporność psychiczną?** /Aleksandra Kubala-Kulpińska //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.
6. **Kondycja psychiczna dzieci i młodzieży** /Wiktor Sudół //Remedium. - 2023, nr 7/8, s. 41-43.
W artykule podano dane z raportu dotyczącego wpływu pandemii na stan psychiczny i emocjonalny dzieci i młodzieży. Zaprezentowano rekomendacje ekspertów dla systemu edukacji, które pomogą przeciwdziałać pogarszaniu się stanu psychicznego uczniów i przyczyniać się do jego poprawy.
7. **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.
Tendencje współczesnej rzeczywistości mogące stanowić zagrożenie dla zdrowia psychicznego młodego pokolenia. Rola dorosłych w kształtowaniu i wzmacnianiu zdrowia.
8. **O znaczeniu klimatu szkoły dla zaangażowania i dobrostanu uczniów** /Aleksandra Tłuściak – Deliowska //Meritum. - 2024, nr 3, s. 9-15.



Środowisko szkolne odgrywa kluczową rolę w kształtowaniu ogólnego dobrostanu uczniów, obejmując różne aspekty, takie jak ich zdrowie emocjonalne, społeczne i psychiczne.

9. **Porozmawiajmy o dobrostanie, nie tylko cyfrowym** /Renata Sidoruk-Sołoducha //W Cyfrowej Szkole. - 2025, nr 1, s. 33-37.
Propozycja aktywności, które może wykorzystać nauczyciel do wspierania dobrostanu uczniów.
10. **"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.
Propozycje zabaw inspirowanych nurtem Play Therapy oraz książką Charmaine Liebertz "Terapia śmiechem".
11. **Realny optymizm - ćwiczenia z pozytywnego myślenia** /Adriana Kloskowska //Głos Pedagogiczny. - 2021, nr [2] (123), s. 23-30.
Wskazano strategie pozwalające kontrolować własne myśli i osiągnąć równowagę emocjonalną.
12. **Sceny z życia nastolatków w kontekście ich dobrostanu** /Joanna Kołodziejczyk //Remedium. - 2023, nr 10, s. 9-12.
Artykuł nawiązuje do wywiadów z **uczniami** szkół ponadpodstawowych, w których **uczniowie** opowiadali o problemach związanych ze szkołą, sposobach spędzania wolnego czasu, relacjach z rówieśnikami, zachowaniach ryzykownych i wizji swojej przyszłości. Wynika z nich konieczność podejmowania działań naprawczych, w związku z pogarszającą się kondycją psychiczną polskich nastolatków.
13. **Szkoła wobec wyzwań wychowawczo-profilaktycznych** /Aleksandra Stolarczyk //Remedium. - 2021, nr 7/8, s. 6-9.
Wskazano główne problemy, jakie pojawiły się w szkołach po okresie nauki zdalnej, spowodowanej pandemią koronawirusa. Podano propozycję konstruowania szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego, w którym istotną rolę odgrywa promowanie zdrowego stylu życia.
14. **Wspieranie dobrostanu dzieci i młodzieży, ich zdrowia psychicznego** /Ewelina Polak-Janik //Głos Pedagogiczny. - 2024, nr [6] (151), s. 22-26.
Wyjaśniono czym jest dobrostan psychiczny i jakie czynniki mają na niego wpływ. Podano przykłady działań, jakie może podejmować szkoła aby wspierać dobrostan psychiczny uczniów.
15. **Wychowanie ku zdrowiu psychicznemu** /Paulina Pawlak //Niebieska Linia. - 2022, nr 5, s. 9-11.
Osobowość. Zaburzenia osobowości. Potrzeby dzieci i dorosłych. Rozwój w okresie adolescencji. Przemoc i dyskryminacja dzieci i młodzieży.
16. **Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w Polsce – wyzwania i rekomendacje** /Sylvia Kluczyńska, Ewa Sokołowska //Psychologia Wychowawcza T. 69, Nr 27 (2023), s.[67]-77.
Artykuł omawia aktualne problemy w obszarze zdrowia psychicznego młodego pokolenia, szacuje ich skalę, omawia wybrane czynniki ryzyka i ochrony oraz formułuje rekomendacje dla działań w kierunku poprawy systemu ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w Polsce.

Dokumenty elektroniczne:

1. **Dobrostan szkolny ucznia: definicja, istotne czynniki i metody pomiaru** /Łukasz Nikiel W: (Nie)nowe problemy edukacji i rehabilitacji osób z niepełnosprawnościami i o zróżnicowanych potrzebach kontrowersje – wyzwania – konsekwencje zaniechań /Zielona Góra. – 2024, s. 83-100. [dostęp: <https://tiny.pl/yjp4gnr6h>].

Biblioteka Pedagogiczna w Głogowie

ul. Jedności Robotniczej 10
67-200 Głogów
www.bpglogow.blogspot.com

e-mail: bpglo@o2.pl;
glogow@dbp.wroc.pl
tel./fax 076 72-72-598



-
2. **Dobrostan szkolny w klasach zróżnicowanych** /Beata Papuda-Dolińska i inni .- Instytut Badań Edukacyjnych – Państwowy Instytut Badawczy, 2025. [dostęp: <https://tiny.pl/9f-dw6qzf>].
 3. **Szkoła miejscem promowania dobrostanu uczniów edukacji elementarnej** /Magdalena Grochowalska // Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce.- Vol. 20, 2025, No. 2(77), s. 31-42. [dostęp: <https://czasopisma.ignatianum.edu.pl/eetp/article/download/3707/3108>].

Opracowała: Ewa Biernasiuk