

Profilaktyka uzależnień w szkołach i placówkach oświatowych
wybór publikacji ze zbiorów Biblioteki Pedagogicznej
im. gen. bryg. prof. Elżbiety Zawackiej w Toruniu
za lata 2021-2026

Książki

1. **Cyberuzależnienia** : zjawisko, profilaktyka, elementy terapii / Mariusz Z. Jędrzejko, Agnieszka E. Taper, Izabela Kiełtyk-Zaborowska. - Warszawa : Medical Tribune Polska : we współpracy z Instytutem Pedagogiki Akademii Piotrkowskiej oraz Fundacją Bonum Humanum, 2024.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

2. **Dziecko na cyfrowym odwyku** : jak bez krzyku oderwać dziecko od komputera i smartfona / Małgorzata Majewska. - Bielsko Biała : Wydawnictwo Dragon, 2022.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

3. **Hajland** : jak ćpają nasze dzieci / Maria Banaszak, Agata Jankowska. - Warszawa : Wielka Litera, 2022.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

4. **Kreatywna profilaktyka dla najmłodszych** : poradnik dla realizatorów zajęć / opracowanie Edyta Biaduń-Korulczyk, Kinga Sochocka. - Warszawa : Fundacja Poza Schematami, 2022.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

5. **Książka o narkotykach** : NIEporadnik / Boguś Janiszewski. - Warszawa : Wydawnictwo Agora, 2024.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

6. **Nowe uzależnienia młodego pokolenia** : od przyjemności do przymusu / Robert Modrzyński. - Warszawa : Difin, 2021.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

7. **Pomoc dziecku w cyberpułapce** : poradnik dla rodziców / Bogna Białecka, Aleksandra Gil. - Warszawa : Eureka, 2024.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

8. **Profilaktyka uzależnień behawioralnych wśród młodzieży szkolnej** / opracowanie Karolina van Laere, Kinga Sochocka, Edyta Biaduń-Korulczyk. - Warszawa : Fundacja Poza Schematami, 2022.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

9. **Profilaktyka uzależnienia od hazardu oparta na dowodach naukowych** / Justyna Kuształ, Małgorzata Piasecka, Aleksandra Nastazjak. - Wydanie I. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego ; [Warszawa] : Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii, 2021.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

10. **To nie moje** : jak rozmawiać z dziećmi o narkotykach, żeby to miało sens / Ewa Pałowska, Adam Nyk. - Warszawa : Muza, 2025.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

11. **Wychowanie przy ekranie** : jak przygotować dziecko do życia w sieci? / Magdalena Bigaj. - Warszawa : Wydawnictwo WAB, 2023.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

12. **Wyzwania wychowania w świetle problemów dzieci i młodzieży** / redakcja naukowa Beata Ziółkowska, Magdalena Miotk-Mrozowska, Jarosław Ocalewski. - Warszawa : Difin, 2023.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

13. **Zagrożone dorastanie i bezpieczeństwo młodzieży** : konteksty ryzyka i profilaktyki / Mariusz Z. Jędrzejko, Dariusz Sarzała, Wojciech Piestrzyński. - Józefów ; Toruń : Wydawnictwo Edukacyjne Akapit, 2022.

[ZAMÓW KSIĄŻKĘ DO WYPOŻYCZENIA](#)

Artykuły z czasopism

1. „Pajęcza sieć” - bajka w profilaktyce uzależnienia od Internetu / Lidia Wawryk, Karolina Tuzimek, Agnieszka Rybska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. 2024, nr 7, s. 38-48
2. **Bajki terapeutyczne poruszające temat uzależnienia od alkoholu** / Maria Kożuchowska // Remedium. - 2024, nr 7-8, s. 49-51
3. **Cyberzaburzenia** / s. M. Urszula Kłusek / Wychowawca. - 2023, nr 10, s. 6-7
4. **Dobre praktyki w zakresie promocji zdrowia** / Ewa Piszczyńska // Przegląd Edukacyjny. - 2022, nr 4, s. 28-29
5. **Dymek albo zdrowie** / Alicja Dołowska // Remedium. - 2023, nr 9, s. 11-12
6. **Działania profilaktyczne to nie tylko obszar działań specjalistów, ale wszystkich dorosłych, których młody człowiek spotyka na swej drodze** / Grzegorz Oleszkiewicz ; rozmawia [Agata Jabłonowska-Turkiewicz] // Remedium. - 2025, nr 10, s. 25 - 27
7. **Działania profilaktyczne zyskują na randze** / Lidia Kozdęba ; rozmawia [Agata Jabłonowska-Turkiewicz] // Remedium. - 2025, nr 7-8, s. 32-34
8. **Dzieci same w sieci** : co pokazuje najnowszy raport o ich cyfrowym życiu : i dlaczego to nasz wspólny problem / Bogna Bielecka // Wychowawca. - 2025, nr 7-8, s. 19-20
9. **Dzieci w świecie algorytmów TikToka** : cyberbezpieczeństwo / Anna Rywczyńska // TIK w Edukacji. - 2025, nr 1, s. 63-65

10. **Edukacja zdrowotna w kontekście cyberzagrożeń** / Łukasz Szeliga // TIK w Edukacji. - 2025, nr 2, s. 50-51
11. **Ewolucja działań edukacyjnych i profilaktycznych w Pabianicach** / Ewelina Ornał // Świat Problemów. - 2022, nr 4, s. 16-19
12. **Fakty i mity na temat szkolnej profilaktyki uzależnień** / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2024/2025, nr 153, s. 6-11
13. **Fonoholizm wśród najmłodszych** / Justyna Sala-Suszyńska // Wczesna Edukacja. - 2021, nr 2, s. 21-23
14. **Gra w Dobre Zachowania** : strategia profilaktyczna w przeciwdziałaniu uzależnieniom i przemocy / Krzysztof Sarzała // Niebieska Linia. - 2022, nr 6, s. 16-18
15. **Higiena cyfrowa** / Katarzyna Bocheńska-Włostowska // Remedium. - 2023, nr 6, s. 2-4
16. **Internet jak narkotyk** / Adriana Rozwadowska // Guliwer. - 2021, nr 1, s. 101-103
17. **Jak dbać o higienę cyfrową?** / Maria Engler // Remedium. - 2024, nr 7-8, s. 52-54
18. **Jak korzystać z nowych technologii?** / Bogna Białecka // Wychowawca. - 2024, nr 9, s. 25-26
19. **Jak pomóc rodzinie dziecka nadużywającego substancji psychoaktywnych?** / Ilona Mazek // Głos Pedagogiczny. - 2022, nr 12-1, s. 20-25
20. **Jak pracować z uczniem uzależnionym od alkoholu?** / Marlena Stradomska // Głos Pedagogiczny. - 2024, nr 1, s. 32-38
21. **Jak rozpoznać, że uczeń bierze narkotyki?** / Paweł Jankowski // Sygnał. - 2022, nr 2, s. 13-16
22. **Jedno kliknięcie za dużo** : problem fonoholizmu wśród dzieci / Alicja Mironiuk // Sygnał. - 2021, nr 5, s. 21-24
23. **Jutro rodzi się dzisiaj** / Ewa Skórska // Świat Problemów. - 2023, nr 10, s. 18-19
24. **Łatwo dostępne substancje psychoaktywne** : jakie objawy mogą wskazywać na to, że uczeń ich używa? / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Głos Pedagogiczny. - 2022, nr 134, s. 42-47
25. **Między emocjami a ekranem** : profilaktyka randkowania online wśród młodzieży / Wiktoria Przybylska // Remedium. - 2025, nr 10, s. 11-13
26. **Między technologią a uzależnieniem** : odpowiedzialna szkoła w świecie cyfrowych bodźców / Michał Twardosz // Monitor Dyrektora Szkoły. - 2026, nr z, s. 24-27
27. **Młodzież o życiu bez smartfona, czyli o akcji #2dni bez telefonu** / Joanna Augustyniak // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2024, nr 2, s. 39-51
28. **Młodzież uzależniona od substancji psychoaktywnych** : czynniki chroniące i czynniki ryzyka / Klaudia Waryszak-Lubaś // Głos Pedagogiczny. - 2023, nr 144, s. 13-14
29. **Młodzież uzależniona od substancji psychoaktywnych** : czynniki chroniące i czynniki ryzyka / Klaudia Waryszak-Lubaś // Życie Szkoły. - 2023, nr 9/10, s. 58-59
30. **Młodzież w wirtualnym tunelu** / Bogna Białecka // Wychowawca. - 2023, nr 10, s. 10-12

31. **Mniej ekranu, więcej zdrowych dzieci** / Urszula Koszutska ; rozmawiała Beata Modrzejewska // Świat Problemów. - 2022, nr 4, s. 13-15
32. **Nadużywanie przez młodzież substancji psychoaktywnych** : aktualne trendy i wyzwania dla specjalistów / Justyna Jannasz // Psychologia w Praktyce. - 2023, nr 5, s. 57-63
33. **Nie kasuj, zachowaj, pokaż** : profilaktyka i przeciwdziałanie cyberprzemocy / Agata Sierota // Świat Problemów. - 2023, nr 12, s. 8-10
34. **Niezaspokojone potrzeby prowadzą do uzależnień** / Magdalena Rowicka ; rozmawiał Eryk Chilmon // TIK w Edukacji. - 2024, nr 2, s. 44-47
35. **Picie w ciąży przez nastolatki** : jak podwyższyć skuteczność zajęć profilaktycznych? / Agata Sierota // Świat Problemów. - 2023, nr 9, s. 6-9
36. **Pojęcie i zakres profilaktyki uzależnień** : standardy, etyka, strategie, programy rekomendowane i dobre praktyki / Ireneusz Siudem // Serwis Informacyjny Uzależnienia. - 2021, nr 4, s. 6-14
37. **Potrzebna jest profilaktyka od najmłodszych lat, od przedszkola** / z Agnieszką Jagieło rozmawiała Agata Jabłonowska-Turkiewicz // Remedium. - 2024, nr 6, s. 11-13
38. **Problemowe korzystanie z urządzeń ekranowych i internetu (PUI)** : co mogą zrobić nauczyciele, aby wspierać uczniów? / Małgorzata Prus // Monitor Dyrektora Szkoły. - 2023, nr 5, s. 65-74
39. **Profilaktyka uzależnień behawioralnych** / Łukasz Franków // Głos Pedagogiczny. - 2025, nr 154, s. 46-52
40. **Profilaktyka uzależnień behawioralnych a samorządy** / Katarzyna Kulesza // Świat Problemów. - 2022, nr 5, s. 9-11
41. **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
42. **Program profilaktyczny „Spinacz” jako wsparcie młodzieży w czasie pandemii** / Maja Łoś, Andrzej Koc // Meritum. - 2021, nr 2, s. 65-77
43. **Program przeciwdziałania nadużywaniu komputera i internetu przez dzieci „Limit”** / Ireneusz Siudem // Serwis Informacyjny Uzależnienia. - 2022, nr 4, s. 14-19
44. **Przyczyny uzależnień** / Michał Damazyn // Wychowawca. - 2009, nr 6, s. 7-9
45. **Radzenie sobie z własnym lękiem** : profilaktyka uzależnień dzieci i młodzieży / Agata Sierota // Remedium. - 2021, nr 5, s. 11-12
46. **Regulacje prawne chroniące dzieci i młodzież przed uprawianiem hazardu stają się coraz bardziej potrzebne** / Maja Ruszpel // Serwis Informacyjny Uzależnienia. - 2025, nr 1, s. 10-15
47. **Scrollowanie w sieci jak zachowanie ryzykowne** / Przemysław Kaca // Remedium. - 2025, nr 3, s. 18-21
48. **Strategie radzenia sobie z nadużywaniem internetu przez dzieci** / Ewelina Polak-Janik // Życie Szkoły. - 2024, nr 5, s. 30-33
49. **Strategie radzenia sobie z problemami a uzależnienia behawioralne** / Sylwia Pawłowska // Remedium. - 2021, nr 3, s. 14-16

50. **Uczeń uwięziony w sieci lajków** : co stoi za poszukiwaniem uznania w mediach społecznościowych? / Marta Majorczyk // Głos Pedagogiczny. - 2022, nr 136, s. 23-26
51. **Uczeń uzależniony od narkotyków w szkole** / dr Marlena Stradomska // Głos Pedagogiczny. - 2024, nr 146, s. 19-24
52. **Uzależnienia współczesnego świata** : jak chronić przed nimi uczniów? / Justyna Kapuścińska-Kozakiewicz // Życie Szkoły. - 2022, nr 1, s. 14-17
53. **Uzależnienie od komputera i internetu wśród dzieci i młodzieży** / Maksymiliana Żaczek // Świat Problemów. - 2022, nr 6, s. 16-19
54. **Uzależnienie od scrollowania** : case study / Marlena Stradomska // Głos Pedagogiczny. - 2024, nr 6, s. 35-39
55. **Uzależnienie od uczenia się** : jak zapobiegać? / Agata Sierota // Remedium. - 2023, nr 6, s. 8-10
56. **Uzależnienie od uczenia się** : sygnał do zmian w systemie edukacji / dr Paweł Atroszko ; rozmawiał Tadeusz Pulcyn // Świat Problemów. - 2022, nr 4, s. 20-23
57. **Wpływ uzależnień cyfrowych na proces edukacji dzieci wczesnoszkolnych** / Sylwia Gallos // Głos Pedagogiczny. - 2024, nr 151, s. 52-58
58. **Wsparcie psychologiczne dla dzieci uzależnionych od technologii** / Ewelina Polak-Janik // Życie Szkoły. - 2024, nr 6, s. 30-33
59. **Zapobiec problemom, zanim one wystąpią** / Robert Rejniak ; rozmawiał Tadeusz Pulcyn // Świat Problemów. - 2023, nr 12, s. 13-15
60. **Zasady skutecznej profilaktyki ryzykownych zachowań** / Łukasz Franków // Głos Pedagogiczny. - 2025, nr 7, s. 28-31

Opracowanie
Monika Wicherek
26.02.2026



Województwo
Kujawsko-Pomorskie