

# Odporność psychiczna dzieci i młodzieży

wybór literatury za lata 1972-2022

ze zbiorów Biblioteki Pedagogicznej im. gen. bryg. prof. Elżbiety Zawackiej w Toruniu

## Książki

1. **DAMOUR, Lisa**  
Pod presją : twarzą w twarz z epidemią stresu i lęku wśród dziewcząt / Lisa Damour ; z angielskiego przełożyła Joanna Dźdża. - Warszawa : Wydawnictwo Mamina, © 2020.
2. **Dzielne** dzieci! : wspieranie odporności psychicznej w wieku przedszkolnym / Iwona Sikorska, Jolanta Sajdera, Marta Paluch-Chrabąszcz. - Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne, 2017.
3. **GRZEGORZEWSKA, Iwona**  
Odporność psychiczna dzieci alkoholików / Iwona Grzegorzewska. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe Scholar, 2013.
4. **HIPP, Earl**  
Stres out ! : jak przejąć kontrolę nad stresem : poradnik dla młodzieży / Earl Hipp ; przełożyła Beata Ziemska. - Wydanie I. - Warszawa : You&YA Muza, 2022.
5. **Jak wspierać** dzieci w kryzysie? : poradnik dla rodziców nie tylko na czas globalnej pandemii / Małgorzata Taraszkiewicz, Zofia Nalepa. - Poznań : Święty Wojciech wydawnictwo, © 2020.
6. **KIEDROWSKA, Małgorzata**  
Radzenie sobie ze stresem społecznie nieprzystosowanych uczniów szkół ponadgimnazjalnych / Małgorzata Kiedrowska. - Lublin : Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2016.
7. **Lęki** u dzieci : jak najmłodszy mogą zmienić niepokój w odporność psychiczną / Jodi Richardson, Michael Grose ; przekład: Laura Bigaj. - Kraków : Wydawnictwo eSPe, 2022.
8. **NAUMBURG, Carla**  
Jak nie krzyczeć na swoje dziecko : wychowanie bez złych emocji / Carla Naumburg ; przekład z angielskiego Ewa Ziemińska. - Wydanie I. - Warszawa : Muza, 2020.
9. **Self-regulation** : szkolne wyzwania : opowieści dla dzieci o tym, jak działać gdy emocje biorą górę / Agnieszka Stążka-Gawrysiak ; ilustracje Anna Teodorczyk. - Kraków : Znak Emotikon, 2020.
10. **SIKORSKA, Iwona**  
Bufory stresu : jak rozwijać odporność psychiczną dziecka / Iwona Sikorska. - Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne, cop. 2011.
11. **SIKORSKA, Iwona**  
Odporność psychiczna w okresie dzieciństwa / Iwona Sikorska. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2016.
12. **TARASZKIEWICZ-KOTOŃSKA, Małgorzata**  
Siła i odporność psychiczna, jak je wzmocnić? : poradnik i ćwiczebnik osobisty / Małgorzata Taraszkiewicz. - Słupsk ; Warszawa : Dobra Literatura, 2019.

13. **The yes** brain : mózg na tak: jak kształtować w dziecku ciekawość świata, odporność psychiczną i odwagę / Daniel J. Siedel, Tina Payne Bryson ; tłumaczenie Melania Gruszczyńska. - Warszawa : Harper Collins Polska, copyright 2018.
14. **TYSZKOWA, Maria**  
Problemy psychicznej odporności dzieci i młodzieży / Maria Tyszkowa. - Warszawa : Nasza Księgarnia, 1972.

### Artykuły z czasopism

1. ABC budowania odporności psychicznej / Dominika Zapotoczna // Magazyn Trenera. - 2016, nr 42, s. 12-15
2. Co dziecko powinno słyszeć od dorosłych? / Anna Jankowska // Bliżej Przedszkola. - 2021, nr 4, s. 14-17
3. Czynniki i procesy resilience wśród dzieci krzywdzonych / Anna Borucka, Krzysztof Ostaszewski / Dziecko Krzywdzone. - 2012, nr 3, s. 7-26
4. Ćwiczenia TRE® jako narzędzie wspierające powrót dziecka do równowagi po stresie i traumie : ciało jako droga do równowagi w zmieniającej się rzeczywistości / Roberta Czarnecka // Forum Logopedy. - 2022, nr 49, s. 54-58
5. Ćwiczenia TRE® jako narzędzie wspierające powrót dziecka do równowagi po stresie i traumie / Roberta Czarnecka // Polonistyka. - 2022, nr 3, s. 44-49
6. Efekt Domina. Materiały dla nauczycieli do pracy z uczniami na pierwszym etapie edukacji (w klasach I-III). Życie Szkoły. - 2020, nr 8, s. 44-50
7. Jak nauczyć dzieci radzenia sobie z porażkami? / Katarzyna Kamińska-Holc // Życie Szkoły. - 2021, nr 10, s. 35-39
8. Jak stymulować odporność psychiczną (resilience) dziecka? / Marta Majerczyk // Bliżej Przedszkola. - 2017, nr 10, s. 6-10
9. Jak wspierać odporność psychiczną dzieci w wieku przedszkolnym / Anna Jankowska // Bliżej Przedszkola. - 2019, nr 4, s. 4-7
10. Jak wspierać wysoko wrażliwe dzieci w wieku szkolnym? / Marta Molińska // Remedium. - 2020, nr 11, s. 27-29
11. Jak zdobyć siłę i odporność psychiczną? / Aleksandra Kubala –Kulpińska // Życie Szkoły. - 2020, nr 7, s. 21-25
12. 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
13. Nauczanie resylencji w klasie / Carmel Cefai // Język Polski w Szkole IV-VI. - 2012/2013, nr 4, s. 7-21
14. Odporność emocjonalna zawodnika : czy i w jaki sposób można ją kształtować? / Agnieszka Zając // Magazyn Trenera. - 2011, nr 8, s. 39-41
15. Odporność psychiczna / Magdalena Widłak-Langer // Sygnał. - 2018, nr 4, s. 39-41

16. Odporność psychiczna dzieci i młodzieży - wyzwanie dla współczesnej edukacji / Iwona Grzegorzewska. - Teraźniejszość, Człowiek, Edukacja. - 2011, nr 1, s. [37]-51
17. Odporność psychiczna dzieci i młodzieży / Dorota Zając // Głos Pedagogiczny. - 2018, nr 97, s. 48-51
18. Odporność psychiczna u uczniów - jak ją kształtować? / Iwona Sikorska, Marta Paluch-Chrabąszcz // Hejnał Oświatowy. - 2017, nr 10, s. 11-15
19. Odporność psychiczna uczniów / Małgorzata Pomianowska // Głos Nauczycielski. - 2018, nr 12, s. 57-59
20. Osoby wysoko wrażliwe wśród nas / Paweł Borowiecki // Remedium. - 2021, nr 1, s. 11-13
21. Profilaktyka społeczna jako działalność intensyfikująca odporność psychiczną / Karol Łukowski // Kultura i Edukacja. - 2021, nr 3, s. [211]-225
22. Program rozwijania odporności dzieci - praca ze społecznościami w kryzysie / Dorota Gajewska // Dziecko Krzywdzone. - 2012, nr 3, s. 106-111
23. Psychologia pozytywna w praktyce szkolnej / Agnieszka Jastrzębska // Sygnał. - 2019, nr 9, s. 48-51
24. Radzenie sobie ze stresem przez młodzież gimnazjalną / Bogumiła Bobik // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2011, nr 10, s. 44-50
25. Relacje z matką a prężność psychiczna młodzieży z uwzględnieniem płci i struktury rodziny / Elżbieta Napora // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2021, nr 1, s. 60-69
26. Rola pracownika socjalnego w budowaniu odporności psychicznej dzieci i ich rodzin / Iwona Grzegorzewska // Praca Socjalna. - 2011, nr 4, s. [3]-14
27. Rola rodziców w kształtowaniu odporności emocjonalnej dziecka poprzez literaturę / Maria Molicka // Edukacja i Dialog. - 2015, nr 11/12, s. 35-40
28. Rozwijanie rezyliencji u uczniów / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Głos Pedagogiczny. - 2020, nr 113, s. 40-42
29. Samoregulacja u dziecka - o roli dorosłego i muzyki w regulacji emocji / Przemysław Kaca // Remedium. - 2021, nr 11, s. 16-19
30. Siła i odporność psychiczna uczniów / Magdalena Goetz // Dyrektor Szkoły. - 2013, nr 11, dod. Niezbędnik Dyrektora s. 68-72
31. Teoretyczne i empiryczne podstawy wzmacniania rezyliencji (resilience) u dzieci z rodzin z problemem alkoholowym / Wioletta Junik // Dziecko Krzywdzone. - 2012, nr 3, s. 27-45
32. Trening umysłu : kształtowanie odporności psychicznej w sporcie krok po kroku / Matylda Olek // Magazyn Trenera. - 2017, nr 50, s. 55-58
33. Wrażliwcy w naszej klasie / Magdalena Goetz // Głos Nauczycielski. - 2017, nr 35, s. 12
34. Wspieranie rezyliencji u dzieci i nastolatków / Marta Komorowska // Remedium. - 2020, nr 6, s. 16-17
35. Wybrane narzędzia do pomiaru rezyliencji (resilience) wśród dzieci i młodzieży / Wioletta Junik // Studia Edukacyjne. - 2016, nr 41, s. 335-357

36. Wysoko wrażliwe dziecko : jak najskuteczniej wesprzeć jego funkcjonowanie i rozwój? / Anna Bajus // Wychowanie w Przedszkolu. - 2021, nr 9, s. 6-9
37. Wysoko wrażliwy uczeń w klasie : jak najskuteczniej wesprzeć jego funkcjonowanie i rozwój? / Anna Bajus // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 127, s. 25-28
38. Zasoby odpornościowe uczniów w środkowym wieku szkolnym a ryzyko niedostosowania społecznego / Urszula Oszwa, Ewa Domagała-Zyśk, Tomasz Knopik // Ruch Pedagogiczny. - 2017, nr 1, s. 91-103
39. Zdrowie psychiczne młodzieży w czasie pandemii COVID-19 / Robert Rejniak // Serwis Informacyjny. Uzależnienia. - 2021, nr 2, s. 15-18

### Artykuły z prac zbiorowych

1. **Budowanie** odporności psychicznej w celu zapobiegania problemom psychicznym u młodych ludzi - program RAP / Ian Shochet, Rebecca Hoge, Astrid Wurfl // **W:** Skuteczne interwencje w pracy z młodymi ludźmi z grup ryzyka. - Warszawa : Parpamedia Wydawnictwo Edukacyjne, 2010. - S. 37-49, bibliogr.
2. **OPORA, Robert**  
Znaczenie szkoły w kształtowaniu odporności psychicznej osób niedostosowanych społecznie / Robert Opora // **W:** Terapia i resocjalizacja dzieci i młodzieży z problemami szkolnymi : monografia zbiorowa. - Gdańsk : Wydawnictwo Gdańskiej Wyższej Szkoły Humanistycznej, 2010. - S. 66-75, bibliogr.
3. **Teoria** dziecięcej odporności psychicznej / Władysława Pilecka, Joanna Fryt // **W:** Psychologia zdrowia dzieci i młodzieży : perspektywa kliniczna. - Kraków : Uniwersytet Jagielloński, 2011. - S. 48-68

Opracowanie:  
Anna Wiligalska  
25.08.2022 r.



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie

Biblioteka Pedagogiczna im. gen. bryg. prof. Elżbiety Zawackiej w Toruniu  
jest Instytucją Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego