

## Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży

### Materiały dostępne online za lata 2006-2022

#### Książki

1. **Poradnik** dla nauczycieli : rola pracowników oświaty w promocji zdrowia psychicznego w zapobieganiu zachowaniom autodestruktywnym u młodzieży / Krzysztof Sz wajca, Piotr Kasprzak, Magdalena Serafin, Tomasz Wojciechowski. - Warszawa : Fundacja Wielogłosu, 2019. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://backend.zwjr.pl/media/attachments/Poradnik\\_dla\\_nauczycieli.pdf](https://backend.zwjr.pl/media/attachments/Poradnik_dla_nauczycieli.pdf)
2. **Poradnik** dla rodziców : rola rodziny i osób bliskich w promocji zdrowia psychicznego w zapobieganiu zachowaniom autodestruktywnym u młodzieży / Krzysztof Sz wajca, Milena Kansy, Piotr Kasprzak, Konrad Markiewicz, Marta Sz wajca. - Mysłowice : Fundacja Wielogłosu, 2019. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://zsbprus.beep.pl/dokumenty/poradnik%20dla%20rodzicow.pdf>
3. **Promocja** zdrowia psychicznego w placówce edukacyjnej : podręcznik. - [b.m] : MHP-HANDS Consortium, [b.r.]. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://www.kpcen-torun.edu.pl/files/6123719ab2584Promocja-zdrowia-psychicznego-podrecznik.pdf>

#### Fragmety z pracy zbiorowej

1. **CHOTKOWSKA, Katarzyna**  
Promocja zdrowia psychicznego w edukacji dzieci i młodzieży / Katarzyna Chotkowska // W: wybrane problemy społeczne : terażniejszość - przyszłość / redakcja naukowa Ewa Grudziwski, Marta Mikołajczyk. - Warszawa : Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej, 2018. - S. 177-186. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [http://www.aps.edu.pl/media/2129589/wybrane-problemy-spo%C5%82eczne\\_e-book.pdf#page=178](http://www.aps.edu.pl/media/2129589/wybrane-problemy-spo%C5%82eczne_e-book.pdf#page=178)

#### Artykuły z czasopism

1. Kształtowanie zdrowia psychicznego młodzieży za pomocą improwizacji grupowych i indywidualnych w muzykoterapii : zastosowanie muzykoterapii w psychosomatyce młodzieży / Stella Kaczmarek // Polskie Pismo Muzykoterapeutyczne. - 2015, nr 2, s. 4-22. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://arteterapia.pl/wp-content/uploads/2016/01/Polskie-Pismo-Muzykoterapeutyczne-22015.pdf#page=4>
2. Pomoc psychologiczno-pedagogiczna dla dzieci i młodzieży szkolnej : działania dla ochrony zdrowia psychicznego / Katarzyna Tomaszczyk-Pacula // Kontrola Państwowa. - 2018, nr 3, s. 37-47. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.desklight-d2ea15bc-31b3-4a0e-a9a3-7a92378f15d5>

3. Problem zaburzeń zdrowia psychicznego młodzieży w dobie pandemii z perspektywy psychologii / Anastazja Mołodecka // Youth in Central and Eastern Europe. - 2020, nr 11, s. 88-92. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://rep.up.krakow.pl/xmlui/bitstream/handle/11716/10795/YCEE-2020--09--Problem-zaburzen--Molodecka.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
4. Profilaktyka zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w Unii Europejskiej a działania podejmowane w Polsce : dobre praktyki i ograniczenia / Karolina Kręglewska // Psychiatria i Psychologia Kliniczna. - 2021, nr 3, s. 189-196. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <http://www.psychiatria.com.pl/artukul.php?a=1019>
5. W trosce o zdrowie psychiczne młodzieży : pomiędzy dialogiem a biblioterapią / Roksana Kociołek, Anna Janowiec, Agnieszka Majcher // Przegląd Biblioterapeutyczny. - 2016, nr 1, s. 101-115. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://repozytorium.uni.wroc.pl/Content/89756/PDF/02\\_02\\_Kociolek-R\\_Janowiec-A\\_Majcher-A\\_W-trosce-o-zdrowie.pdf](https://repozytorium.uni.wroc.pl/Content/89756/PDF/02_02_Kociolek-R_Janowiec-A_Majcher-A_W-trosce-o-zdrowie.pdf)
6. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży : wsparcie dzieci i młodzieży w pokonywaniu problemów / Izabela Tabak // Studia BAS. - 2014, nr 2, s. 113-138. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://depot.ceon.pl/bitstream/handle/123456789/12260/Izabela%20Tabak%20Zdrowie%20Opsychiczne%20dzieci%20i%20m%20odzie%20y.%20Wsparcie%20dzieci%20i%20m%20o dzie%20y%20w%20pokonywaniu%20problem%C3%B3w%20Studia%20BAS%202014.pdf?sequence=1>
7. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w Polsce : stan rozwoju opieki psychiatrycznej i zadania na przyszłość / Irena Namysłowska // Postępy Nauk Medycznych. - 2013, nr 1, s. 4-9. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [http://www.pnmedycznych.pl/wp-content/uploads/2014/08/pnm\\_2013\\_004-009.pdf](http://www.pnmedycznych.pl/wp-content/uploads/2014/08/pnm_2013_004-009.pdf)
8. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w Polsce a rola rodziny / Adela Teleon, Anna Włoszczak-Szubzda // Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu. - 2019, nr 1, s. 6-11. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://www.monz.pl/pdf-103096-36628?filename=Zdrowie%20psychiczne%20dzieci.pdf>
9. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w roku 2020 na podstawie rozmów w 116 111 : telefonie zaufania / Paulina Dąbrowska // Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka. - 2021, nr 2, s. 63-75. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://bibliotekanauki.pl/articles/1201201>
10. Zdrowie psychiczne i dobrostan młodych ludzi w czasie pandemii COVID-19 : przegląd najistotniejszych problemów / Jacek Pyżalski // Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka. - 2021, nr 2, s. 92-115. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://dzieckokrzywdzone.fdds.pl/index.php/DK/article/view/804/653>
11. Zdrowie psychiczne i zachowania ryzykowne 15-latków : badania mokatowskie / Krzysztof Bobrowski // Alkoholizm i Narkomania. - 2006, nr 3, s. 225-242. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://ain.ipin.edu.pl/archiwum/3/t19n3\\_1.pdf](https://ain.ipin.edu.pl/archiwum/3/t19n3_1.pdf)

## Scenariusze zajęć

1. Dobrostan psychiczny : scenariusz lekcji dla szkół ponadpodstawowych / Agata Arkabus. - Warszawa : NASK - Państwowy Instytut Badawczy, 2021. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://www.gov.pl/attachment/a18f067f-3bb3-4a6d-88cc-c3bd467668f5>

2. Jak dbać o zdrowie psychiczne i robić to z głową [scenariusze do pobrania] / Fundacja Szkoła z Klasą. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://www.szkolazklasa.org.pl/materialy/jak-dbac-o-zdrowie-psychiczne-i-robic-to-z-glowa/>
3. Profilaktyka zdrowia psychicznego : scenariusze zajęć dla klas IV-VI szkoły podstawowej / opracowała dr Agata Hejmowska // Szkoła od Nowa. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://szkola-od-nowa.pl/wp-content/uploads/2021/04/Szkola-od-Nowa\\_scenariusze-dla-klas-IV\\_VI.pdf](https://szkola-od-nowa.pl/wp-content/uploads/2021/04/Szkola-od-Nowa_scenariusze-dla-klas-IV_VI.pdf)

### Artykuły ze stron WWW

1. Eksperti radzą : jak zadbać o zdrowie psychiczne dziecka? / Nastazja Bloch // Dzień Dobry TVN. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://dziendobry.tvn.pl/parenting/dziecko/jak-zadbać-o-zdrowie-psychiczne-dziecka-rady-ekspertow-5591406>
2. Jak zadbać o zdrowie psychiczne dziecka? : radzi UNICEF // Wprost Zdrowie. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://zdrowie.wprost.pl/dziecko/rozwoj-dziecka/10607170/jak-zadbać-o-zdrowie-psychiczne-dziecka-radzi-unicef.html>
3. Ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w szkole / Joanna Szymańska. - Warszawa : Ośrodek Rozwoju Edukacji, 2014. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/projekty/ochrona-zdrowia-psychicznego-dzieci-i-mlodziezy\\_2014.pdf](https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/projekty/ochrona-zdrowia-psychicznego-dzieci-i-mlodziezy_2014.pdf)
4. Pandemia rujnuje zdrowie psychiczne dzieci : gdzie szukać pomocy? / Szymon Zięba // Trojmiasto.pl. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://dziecko.trojmiasto.pl/Pandemia-rujnuje-zdrowie-psychiczne-dzieci-Gdzie-szukac-pomocy-n155551.html?strona=7>
5. UNICEF alarmuje, że pogarsza się stan zdrowia psychicznego dzieci w Europie / JK, GN // Głos Nauczycielski. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://glos.pl/unicef-alarmuje-ze-pogarsza-sie-stan-zdrowia-psychicznego-dzieci-w-europie>
6. Wpływ pandemii na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży / Wiktor Szczepaniak // Serwis Zdrowie : Postaw na Wiedzę. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://zdrowie.pap.pl/rodzice/wplyw-pandemii-na-zdrowie-psychiczne-dzieci-i-mlodziezy>
7. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży : materiały do pobrania // Ośrodek Rozwoju Edukacji. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://www.ore.edu.pl/2015/06/zdrowie-psychiczne-dzieci-i-mlodziezy-materialy-do-pobrania/>
8. Zdrowie psychiczne uczniów i uczennic oczami nauczycieli i nauczycielek : raport z badania // Fundacja Szkoła z Klasą. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://www.szkolazklasa.org.pl/zdrowie-psychiczne-uczniow-i-uczennic-oczami-nauczycieli-i-nauczycielek-raport-z-badania/>

### Inne materiały

1. Jak wspierać zdrowie i rozwój młodzieży : pakiet edukacyjny opracowany zgodnie z koncepcją i metodami pracy szkoły promującej zdrowie // Zintegrowana Platforma Edukacyjna. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://zpe.gov.pl/b/jak-wspierac-zdrowie-i-rozwoj-mlodziezy---pakiet-edukacyjny-opracowany-zgodnie-z-koncepcja-i-metodami-pracy-szkoly-promujacej-zdrowie/P1DR43ELt>

2. Klimat i kultura szkoły a zdrowie psychiczne uczniów i nauczycieli / Katarzyna Okulicz-Kozaryn // Zintegrowana Platforma Edukacyjna. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://static.zpe.gov.pl/portal/f/res/RJcIbKSBIWfzO/3/2E1c4UyuafuL8bQaXAZHGW21JfluPWeM/klimat\\_i\\_kultura\\_szkoly\\_a\\_zdrowie\\_psychiczne\\_uczniw\\_last.pdf](https://static.zpe.gov.pl/portal/f/res/RJcIbKSBIWfzO/3/2E1c4UyuafuL8bQaXAZHGW21JfluPWeM/klimat_i_kultura_szkoly_a_zdrowie_psychiczne_uczniw_last.pdf)
3. Koncepcja salutogenezy i jej implikacje dla zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży / Katarzyna Kosińska-Dec // Zintegrowana Platforma Edukacyjna. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://static.zpe.gov.pl/portal/f/res/RtAYj381u2RKG/1/11O7hjjqvtr5IBnTWZqzB8ziTkh0890S/koncepcja\\_salutogenezy.pdf](https://static.zpe.gov.pl/portal/f/res/RtAYj381u2RKG/1/11O7hjjqvtr5IBnTWZqzB8ziTkh0890S/koncepcja_salutogenezy.pdf)
4. Szkolny System Wsparcia Zdrowia Psychicznego : Program Promocji i Profilaktyki dla szkół podstawowych i placówek oświaty / Małgorzata Nowicka, Aleksandra Wzorek // Instytut Edukacji Pozytywnej. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://myslepozytywnie.pl/publikacje/Program%20profilaktyczny%20dla%20szkoly%20podstawowej.pdf>
5. Wpływ pandemii na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży / Artur Gębka [webinar]. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://web.swps.pl/strefa-psyche/blog/relacje/22893-wplyw-pandemii-na-zdrowie-psychiczne-dzieci-i-mlodziezy?dt=1666699872075>
6. Ze Zdrowiem : Magazyn. - 2021, nr 5. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://www.nfz.gov.pl/gfx/nfz/userfiles/public/dla\\_pacienta/magazyn\\_ze\\_zdrowiem/nfz\\_nr\\_5.pdf](https://www.nfz.gov.pl/gfx/nfz/userfiles/public/dla_pacienta/magazyn_ze_zdrowiem/nfz_nr_5.pdf)
7. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w dobie pandemii koronawirusa (COVID-19) [brozura] / dr Nihara Krause. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://stem4.org.uk/wp-content/uploads/2021/02/Stem4-Covid-Booklet-BAMEParents-04\\_PL.pdf](https://stem4.org.uk/wp-content/uploads/2021/02/Stem4-Covid-Booklet-BAMEParents-04_PL.pdf)
8. Zdrowie psychiczne naszych dzieci : informator wspierający świadomych rodziców / Ministerstwo Edukacji Narodowej ; Instytut Edukacji Pozytywnej ; Narodowy Program Zdrowia. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: [https://myslepozytywnie.pl/publikacje/prezentacje/Prezentacja%207%20Jak%20wspierac%20zdrowie%20psychiczne%20naszych%20dzieci%20\(rodzice\).pdf](https://myslepozytywnie.pl/publikacje/prezentacje/Prezentacja%207%20Jak%20wspierac%20zdrowie%20psychiczne%20naszych%20dzieci%20(rodzice).pdf)

## Audycje

1. O zdrowiu psychicznym : audycje w „Radiu Poznań” (o dzieciństwie, lęku, dwubiegunówce, traumie i innych) / Sabina Sadecka // Portal psychologii.pl. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://opsychologii.pl/o-zdrowiu-psychicznym-audycje-w-radiu-poznan.html>
2. Zdrowie psychiczne dzieci w czasie pandemii / dr hab. Barbara Remberk ; prowadzący Przemysław Iwańczyk // TOK FM. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://audycje.tokfm.pl/podcast/98787,Zdrowie-psychiczne-dzieci-w-czasie-pandemii>
3. Zdrowie psychiczne uczniów oczami nauczycieli / Michalina Michorowska, Anna Buchner ; audycję przygotował i prowadził Marcin Perfuński // Portal Polskiego Radia SA. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://www.polskieradio.pl/18/4388/Artykul/2671815,Zdrowie-psychiczne-uczniow-oczami-nauczycieli>

## Filmy

1. O zdrowiu psychicznym dzieci i młodzieży / dr Ewa Odachowska-Rogalska ; rozmawia Janusz Schwertner // UNICEF Polska. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://youtu.be/anOIIX8MW4k>

2. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży. Spotkanie psychoedukacyjne dla nauczycieli // ROPS Poznań. [Dostęp 28.10.2022]. Tryb dostępu: <https://youtu.be/8gdPEwDLScE>

Opracowanie  
Marzena Jarocka  
28.10.2022



Województwo  
Kujawsko-Pomorskie

---

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