

## ZDROWIE PSYCHICZNE I DOBROSTAN PSYCHICZNY UCZNIÓW

Zestawienie bibliograficzne w wyborze za lata 2000-2024 opracowane w oparciu o zbiory Publicznej Biblioteki Pedagogicznej RODN „WOM” w Częstochowie i jej filii

### Książki

1. Dobrostan szkolny ucznia: definicja, istotne czynniki i metody pomiaru / Łukasz Nickel // W: (Nie)nowe problemy edukacji i rehabilitacji osób z niepełnosprawnościami i o zróżnicowanych potrzebach / red. Zdzisława Janiszewska-Nieścioruk. - Zielona Góra : Oficyna Wydaw. UZ, 2024, s. 83-100. [online] <https://open.icm.edu.pl/server/api/core/bitstreams/e9b9953b-6d6c-467a-9239-78b7c99fd05e/content>
2. Szczęśliwy uczeń - szczęśliwy nauczyciel : dobrostan szkolny wyzwaniem dla edukacji / Anna Kizeweter // W: Współczesna edukacja : wielopłaszczyznowość zadań / red. Joanna Skibska, Justyna Wojciechowska. - Kraków : Wydaw. Libron - Filip Lohner, 2016, s. 27-36. [online] <https://sbc.org.pl/Content/319689/Wspolczesna%20edukacja.pdf>
3. Szkoła i zdrowie jej uczniów i pracowników / red. nauk. Magdalena Woynarowska, Barbara Woynarowska. - Gdańsk : Harmonia Universalis, 2022.
4. Z badań nad zdrowiem psychicznym uczniów - wstęp do działań profilaktycznych szkoły / pod red. Marii John-Borys i Zofii Dołęgi. - Katowice : Wydaw. Uniwersytetu Śląskiego, 2006.
5. Zdrowie młodzieży w aspekcie psychicznym / Krystyna Ostrowska // W: Zdrowie dzieci i młodzieży w aspekcie fizycznym, psychicznym, społecznym i duchowym / red. Andrzej Jopkiewicz, Jan Schejbal. - Kielce : Kieleckie Towarzystwo Naukowe, 1998, s. 131-142.
6. Zdrowie psychiczne / Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz // W: Edukacja zdrowotna / Ewa Syrek, Katarzyna Borzucka-Sitkiewicz. - Warszawa : Wydaw. Akademickie i Profesjonalne, cop. 2009, s. 173-194.
7. Zdrowie psychiczne // W: Szkolna edukacja zdrowotna ukierunkowana na doskonalenie jakości życia uczniów / Barbara Wolny. - Lublin : Wydaw. KUL, 2012, s. 255-274.
8. Zdrowie psychiczne z perspektywy psychologii edukacji / Ewa Trzebińska, Tomasz Kuźmicz // W: Psychologia edukacyjna / red. nauk. Dorota Bednarek ; współpr. Hanna Bednarek. - Warszawa : PWN, 2023, s. 111-138.
9. Zdrowie psychiczne : współczesne zagrożenia i możliwości wzmacniania / Ewa Wilczek-Rużyczka, Magdalena Kwak. - Warszawa : PZWL, 2022.
10. Zdrowie psychospołeczne - wybrane zagadnienia [zawiera scenariusze zajęć] // W: Edukacja zdrowotna : podręcznik akademicki / Barbara Woynarowska. - Warszawa : PWN, 2007, s. 389-482.
11. Zdrowy styl życia psychicznego / Aniela Płotka. - Lublin : Wydaw. NeuroCentrum, 2003.

### Artykuły z czasopism

1. Autorski program z zakresu promocji zdrowia psychospołecznego dla uczniów klas I "To właśnie Ja" : (materiały dla nauczycieli) / Kazimiera Podczaszy, Joanna Syguda // Edukacja Zdrowotna i Promocja Zdrowia w Szkole. - Z. 9 (2005), dod. s. 2-56.

2. Biblioterapia w procesie umacniania dobrostanu psychofizycznego dzieci i młodzieży / Wanda Matras-Mastalerz // Biblioteka w Szkole. - 2019, nr 10, dod. Biblioterapia w Szkole s. 2-3.
3. Czym jest Szkoła Myślenia Pozytywnego 2.0? : o profilaktyce i promocji zdrowia psychicznego w szkole inaczej / Małgorzata Nowicka // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 10, s. 53-54.
4. Dbam o swój dobrostan psychiczny : scenariusz lekcji / Ewelina Polak-Janik // Głos Pedagogiczny. - 2023, nr 11, s. 31-33.
5. Dobre praktyki szkolnej ochrony zdrowia psychicznego [zawiera propozycje programów] / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 6, s. 21-23.
6. Dobrostan psychiczny dzieci / Marlena Stradomska // Meritum. - 2024, nr 2, s. 22-27.
7. Docierajmy tam, gdzie są młodzi ludzie [m.in. struktura opieki psychiatrycznej dla dzieci i młodzieży] / Patrycja Guevara-Woźniak // Remedium. - 2024, nr 7/8, s. 30-32.
8. Dyrektor na straży ochrony zdrowia psychicznego dzieci / Wiesława Mądrowska // Monitor Dyrektora Przedszkola. - 2019, nr 9, s. 5-9.
9. Dzień Zdrowia Psychicznego dla najmłodszych - z bajkoterapią, relaksacją i elementami jogi / Monika Litwinow // Wychowanie w Przedszkolu. - 2024, nr 5, s. 33-36.
10. Educational well-being / Magdalena Prykowska // Teacher. - 2019, nr 11, s. 13-18.
11. Formułowanie wskaźników, dobór działań oraz ewaluacja programów profilaktycznych i promocji zdrowia psychicznego / Marcin J. Sochocki // Remedium. - 2011, nr 7/8, s. 1-9.
12. Holistyczne podejście do ochrony zdrowia psychicznego w szkole / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2020, nr 10, s. 23-26.
13. Hortiterapia i inne formy kontaktu z przyrodą jako wsparcie wychowawcze w pandemijnych (i nie tylko) czasach / Ewa Rojewska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2022, nr 4, s. 47-58.
14. Inicjatywy nauczycielskie z realizacji projektu "Zdrowie zaczyna się w głowie" - jak dbać o psychikę? : przedsięwzięcia na terenie szkoły / Anna Domeradka // Meritum. - 2024, nr 1, s. 67-72.
15. Jak dbać o swoje zdrowie psychiczne? : scenariusz zajęć [profilaktyka depresji w klasach VI-VIII] / Ewelina Polak-Janik // Głos Pedagogiczny. - 2024, nr 10, s. 31-33.
16. Jak połączyć dwa języki - język psychologii pozytywnej z językiem szkolnej praktyki? : o budowaniu jakości życia ucznia, nauczyciela, rodziców [promocja zdrowia psychicznego, propozycje programów profilaktycznych] / Elżbieta Nerwińska // Meritum. - 2024, nr 1, s. 56-61.
17. Jak pomagać nastolatkom z zaburzeniami depresyjnymi? : strategie zapobiegania i wsparcia / Katarzyna Dmitruk-Sierocińska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2024, nr 1, s. 16-32.
18. Jak rozmawiać z uczniami i rodzicami o emocjach dzieci i młodzieży w kryzysie? / Barbara Chudzicka ; rozm. Hanna Drzewiecka-Krawczyk // Meritum. - 2024, nr 1, s. 62-66.
19. Jak samodzielnie zredukować napięcie, budować spokój, koncentrację i optymizm poznawczy? : dobre praktyki w zakresie dbałości przez uczniów o zdrowie psychiczne w sytuacji powtórzenia

- się kryzysu epidemicznego [zawiera ćwiczenia] / oprac. Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 11, s. 35-40.
20. Jak wykorzystać moc grupy rówieśniczej we wspieraniu zdrowia psychicznego uczniów? / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2022, nr 2/3, s. 61-64.
  21. Jak zacząć dbać o siebie? : propozycje technik do wykorzystania / Magdalena Pytel // Terapia Specjalna. - 2022, nr 25, s. 28-34.
  22. Jak zadbać o dobrostan i wytyczać granice? / Elżbieta Gofron // Przedszkole. - 2023, nr 8, s. 47-49.
  23. Jak zdobyć siłę i odporność psychiczną? [program Promocji Zdrowia Psychicznego + propozycje gier i ćwiczeń kształtujących odporność psychiczną] / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Życie Szkoły. - 2020, nr 7, s. 21-25.
  24. Jakie sygnały może wysyłać uczeń, który potrzebuje pomocy? / Agnieszka Wiankowska // Głos Pedagogiczny. - 2024, nr 12, s. 12-16.
  25. Jesteśmy w klinchu [system ochrony zdrowia psychicznego] / Aleksandra Lewandowska ; rozm. Katarzyna Piotrowiak // Głos Nauczycielski. - 2024, nr 14/15, s. 6-7.
  26. Klasa psychologiczno-społeczna jako pomysł na zadbanie o dobrostan młodego człowieka / Dorota Konieczny-Simela // Forum Nauczycieli. - 2023, nr 3, s. 17-18.
  27. Kondycja psychiczna dzieci i młodzieży [raport "Małych Charakterów" dotyczący stanu psychicznego dzieci i młodzieży po dwóch latach pandemii] / Wiktoria Sudół // Remedium. - 2023, nr 7/8, s. 41-43.
  28. 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.
  29. Młode głowy wołają o pomoc [raport "Młode głowy. Otwarcie o zdrowiu psychicznym"] / Marta Nowakowska // Głos Pedagogiczny. - 2023, nr 6, s. 12-14 ; Życie Szkoły. - 2023, nr 6, s. 40-43.
  30. Monitorowanie problemów zdrowia psychicznego w szkole - ankieta dla nauczycieli / oprac. Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 2/3, s. 39-40.
  31. Monitorowanie problemów zdrowia psychicznego w szkole - ankieta dla uczniów / oprac. Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 2/3, s. 43-45 ; nr 11, s. 30-31.
  32. Nastolatek w kryzysie zdrowia psychicznego [raport "Młode głowy. Otwarcie o zdrowiu psychicznym"] / Martyna Wojciechowska ; rozm. Joanna Flis // Charaktery. - 2023, nr 3, s. 34-41.
  33. Nauczmy dzieci i młodzież radzenia sobie ze stresem / Paweł Atroszko ; rozm. Tadeusz Pulcyn // Remedium. - 2022, nr 9, s. 5-7.
  34. Nie ma zdrowia bez... zdrowia psychicznego / Arnika Bytner-Siwiek // Meritum. - 2024, nr 1, s. 21-26.
  35. Nowy model ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2020, nr 11, s. 21-23.

36. Oblicza bezpieczeństwa / Ewa Maksymowska, Magdalena Majewska // Meritum. - 2023, nr 3, s. 37-43.
37. Ochrona zdrowia psychicznego uczniów - zadania szkoły / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2020, nr 9, s. 20-22.
38. Ochrona zdrowia psychicznego uczniów / Kinga Rusin // Głos Pedagogiczny. - 2014, nr 9, s. 55-57.
39. Odpowiedzialne wsparcie, czyli jak mogę Ci pomóc? / Justyna Suchecka; rozm. Weronika Zięciak // Głos Pedagogiczny. - 2022, nr 10, s. 56-58.
40. Pedagogika prężności w zakresie wzmacniania i ochrony zdrowia psychicznego uczniów, nauczycieli i rodziców / Karol Konaszewski // Meritum. - 2024, nr 1, s. 12-20.
41. Poepidemiczne problemy zdrowia psychicznego uczniów / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2020, nr 10, s. 8-11.
42. Potrzebujemy współpracy międzyresortowej / Aleksandra Lewandowska ; rozm. Maja Ruszpel // Serwis Informacyjny Uzależnienia. - 2024, nr 2, s. 1-5.
43. Praktyczny narzędziownik każdego nauczyciela [polecane książki] / Tatiana Jastrzębska // Meritum. - 2024, nr 1, s. 89-93.
44. Profilaktyczny potencjał szkół : jak nawigować, by wspierać dzieci, młodzież i samych dorosłych w świecie kryzysów, niepewności i ciągłych nieuniknionych zmian? [Błękitny Raport IPZin i raport Młode Głowy Fundacji UNAWĘZA] / Maja Łoś // Meritum. - 2024, nr 1, s. 2-11.
45. Program ochrony zdrowia psychicznego / Anna Satel // Dyrektor Szkoły. - 2013, nr 11, s. 66-67.
46. Promocja zdrowia psychospołecznego metodą projektów / Maria Sokołowska // Edukacja Zdrowotna i Promocja Zdrowia w Szkole. - Z. 3 (2002), s. 5-7.
47. Przyjaciele Zippiego - program promocji zdrowia psychicznego dla małych dzieci / Katarzyna Stępnik // Edukacja Zdrowotna i Promocja Zdrowia w Szkole. - Z. 9 (2005), s. 70-72.
48. Przyjaciele Zippiego - Program Promocji Zdrowia Psychicznego polecany przez WHO i WFMH / Hanna Pac // Kwartalnik Pedagogiczny. - 2008, nr 2, s. 143-156.
49. Realizacja projektu "Zdrowy styl życia - myślimy globalnie, działamy lokalnie" / Barbara Wolny // Kwartalnik Edukacyjny. - 2020, nr 4, s. 73-119.
50. Rola dyrektora placówki oświatowej w sytuacjach kryzysowych wśród uczniów / Marlena Stradomska // Monitor Dyrektora Szkoły. - 2023, nr 7, s. 53-58.
51. Rozwijanie zdolności i talentów uczniów elementem promocji zdrowia psychicznego : doświadczenia Szkoły Podstawowej nr 3 w Trzebnicy / Jadwiga Kalinowska, Małgorzata Janik // Edukacja Zdrowotna i Promocja Zdrowia w Szkole. - Z. 9 (2005), s. 52-55.
52. Sceny z życia nastolatków w kontekście ich dobrostanu / Joanna Kołodziejczyk // Remedium. - 2023, nr 10, s. 9-12.
53. School-life balance [zawiera ćwiczenia dla uczniów] / Emilia Żuber // Sygnał. - 2019, nr 9, s. 52-55.
54. Sfera psychiczna elementem zdrowia : jak dbać o zdrowie psychiczne / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Głos Pedagogiczny. - 2015, nr 2, s. 17-20.

55. Slow movement, psychologia pozytywna i dobrostan wobec społecznych wyzwań konsumeryzmu : czy dobra niepozycjonujące mogą stać się wyznacznikiem prestiżu? / Tomasz Kozłowski // Kultura i Edukacja. - 2014, nr 3, s. 263-287.
56. Szkolny program ochrony zdrowia psychicznego - metody i narzędzia ewaluacyjne / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 5, s. 17-20.
57. Szkolny program ochrony zdrowia psychicznego uczniów. Cz. 1, Diagnoza potrzeb i problemów szkolnej społeczności / Małgorzata Łoskot // Głos Pedagogiczny. - 2021, nr 2/3, s. 31-34.
58. Środowisko społeczne szkoły a zdrowie psychiczne uczniów i nauczycieli / Maria Sokołowska // Nowa Szkoła. - 2003, nr 6, s. 13-16.
59. Umiejętności życiowe a zdrowie psychiczne / Katarzyna Garstka, Izabella Lutze, Katarzyna Stępnik // Edukacja Zdrowotna i Promocja Zdrowia w Szkole. - Z. 3 (2002), s. 41-44.
60. W bibliotece damy ci spokój [projekt "Biblioteka - dobre miejsce dla człowieka"] // Biblioteka w Szkole. - 2023, nr 12, s. 6-8.
61. Wpływ zmian klimatycznych na stan zdrowia psychicznego młodzieży w Polsce / Paweł Drymluch // Kwartalnik Edukacyjny. - 2022, nr 1/2, s. 11-20.
62. Wspieranie dobrostanu dzieci i młodzieży, ich zdrowia psychicznego / Ewelina Polak-Janik // Głos Pedagogiczny. - 2024, nr 10, s. 22-26 ; Polonistyka. - 2024, nr 5, s. 35-38.
63. Wspieranie zdrowia psychicznego dzieci i radzenie sobie ze stresem : praktyczne wskazówki dla nauczycieli przedszkolnych / Anna Jankowska // Bliżej Przedszkola. - 2024, nr 12, s. 8-11.
64. Wspieranie zdrowia psychicznego dziecka / Iwona Sikorska, Agnieszka Miklewska // Wychowanie w Przedszkolu. - 2010, nr 5, s. 8-14.
65. Współczesne zagrożenia dla zdrowia psychicznego młodzieży - nowymi wyzwaniami edukacyjnymi / Elżbieta Łuczak // Kwartalnik Pedagogiczny. - 2019, nr 2, s. 150-162.
66. Zaburzenia depresyjne - skąd się biorą i jakie sygnały wysyłane przez dzieci i młodzież powinny zaniepokoić dorosłych / Katarzyna Dmitruk-Sierocińska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2023, nr 1, s. 26-41.
67. Z troską o zdrowy rozwój dzieci [badania stanu zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w czasie pandemii 2020-2021] / Aleksandra Gil // Kwartalnik Edukacyjny. - 2022, nr 1/2, s. 21-27.
68. Zdrowie psychiczne a rozwój TIK / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Głos Pedagogiczny. - 2019, nr 2/3, s. 63-66.
69. Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w Polsce - wyzwania i rekomendacje / Sylwia Kluczyńska, Ewa Sokołowska // Psychologia Wychowawcza. - Nr 27 (2023), s. 67-77.
70. Zdrowie psychiczne młodzieży [ogólnopolskie badanie uczniów w wieku 11-15 lat] / Małgorzata Wójtowicz-Szefler, Izabela Grzankowska, Monika Deja // Remedium. - 2023, nr 3, s. 17-19.
71. Zdrowie psychiczne najmłodszych dzieci - zaburzenia nastroju i depresja przedszkolaków / Marlena Stradomska // Wychowanie w Przedszkolu. - 2023, nr 3, s. 6-11 ; Monitor Dyrektora Przedszkola. - 2023, nr 3, s. 9-14.

72. Zdrowie psychiczne uczniów / Małgorzata Taraszkiewicz // Szkoła. - 2019, nr 11, s. 61-64 ; Sygnał. - 2019, nr 9, s. 43-47.
73. Zdrowie psychiczne warunkiem właściwego funkcjonowania dziecka / Elżbieta Nowak // Nauczanie Początkowe. - 2010/2011, nr 1, s. 20-25.
74. Zdrowie psychiczne, higiena psychiczna - edukacja dla dobrostanu psychicznego - aktualność koncepcji i poglądów Kazimierza Dąbrowskiego / Ewa Syrek // Pedagogika Społeczna. - 2019, nr 3, s. 201-211.

### **Netografia**

Jak wspierać dobrostan uczennic i uczniów w szkole? : przewodnik autorstwa Doroty Kuleszy-Tańan <https://szkoladlainnowatora.ceo.org.pl/wp-content/uploads/2021/03/dobrostan-przewodnik.pdf>

Zdrowo myślę! Zdrowo działam!, przewodnik dotyczący zdrowia psychicznego autorstwa Aleksandry Ziółek i Anny Habaj <https://www.przystanek-rodzina.pl/2023/01/06/zdrowo-mysle-zdrowo-dzialam-poradnik-dla-mlodziezy-o-tym-jak-zachowac-dobrostan-psychiczny/>