

Odporność psychiczna

Zestawienie bibliograficzne w wyborze ze zbiorów Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej
w Bielsku-Białej za lata 2010-2024

w, P – wypożyczalnia

cz – czytelnia

a – zbiory audiowizualne

Czasopisma udostępniane są na miejscu w czytelni.

Książki:

1. 13 rzeczy, których nie robią silni psychicznie ludzie : zaryzykuj zmianę, staw czoło własnym lękom i ćwicz się w dążeniu do szczęścia i sukcesu / Amy Morin ; przekład Beata Otocka. – Łódź : Galaktyka, copyright 2015.
P 120422
2. Bufory stresu : jak rozwijać odporność psychiczną dziecka / Iwona Sikorska. - Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne, copyright 2011.
P 73476, w 66686
3. Co się dzieje w mojej głowie? : jak zacząć z dzieckiem rozmowę o zdrowej głowie? / Molly Potter ; ilustracje Sarah Jennings ; przełożył Wojciech Górnaś. - Warszawa : Tadam - Grupa Wydawnicza Vectio, copyright 2019.
w 120947
4. Dzielne dzieci! : wspieranie odporności psychicznej w wieku przedszkolnym / Iwona Sikorska, Jolanta Sajdera, Marta Paluch-Chrabąszcz. - Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne, 2017.
P 120446
5. Jak nie krzyżeć na swoje dziecko : wychowanie bez złych emocji / Carla Naumburg ; przekład z angielskiego Ewa Ziemińska. - Warszawa : Muza, 2020.
P 122114
6. Jak wspierać dzieci w kryzysie? : poradnik dla rodziców nie tylko na czas globalnej pandemii / Małgorzata Taraszkiewicz, Zofia Nalepa. – Poznań : Święty Wojciech Wydawnictwo, 2020.
w 122177
7. Odporność psychiczna : siedem filarów : tajemnica naszej wewnętrznej siły / Micheline Rampe ; [przekł. Hanna Odziemkowska]. - Warszawa : Studio Emka, cop. 2010.
w 68351
8. Odporność psychiczna dzieci alkoholików / Iwona Grzegorzewska. - Wydawnictwo Naukowe Scholar, 2013.
w 68350

9. Odporność psychiczna w okresie dzieciństwa / Iwona Sikorska. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2016.
w 121667
10. Odwagi, Pinku! : książka o odporności psychicznej : dla dzieci i dla rodziców trochę też / Urszula Młodnicka ; [ilustracje:] Agnieszka Waligóra. - Gliwice : Sensus, copyright 2022.
P 123005
11. Pedagogika wrażliwa na resilience : studium teoretyczno-empiryczne / Karol Konaszewski. - Kraków : Impuls, 2020.
w 121854
12. Relacje : każdy potrzebuje więzi, żeby przetrwać / Olga Czajka. - Gliwice : Sensus, copyright 2024.
w 127835
13. Rosnę z uważnością : praktyki mindfulness wspierające równowagę, spokój i odporność dla dzieci, nastolatków i całej rodziny / Christopher Willard ; przełożyła Magdalena Stonawska. - Warszawa : CoJaNaTo Blanka Łyszkowska, copyright © 2022.
w 123742
14. Sprawność emocjonalna / Susan David ; przekład Dariusz Rossowski. - Łódź : Wydawnictwo Feeria - Wydawnictwo JK, 2020.
w 121862
15. Supernormali : trudne dzieciństwo i niezwykła historia odporności psychicznej / Meg Jay ; z angielskiego przełożyła Elżbieta Janota. - Warszawa : Relacja, copyright © 2022.
P 123262
16. Tajemnica odporności psychicznej : jak uodpornić się na stres, depresję i wypalenie zawodowe / Christina Berndt ; przekład Ewa Kowynia. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2015.
w 121866
17. Terapia dialektyczno-behawioralna (DBT) : praktyczne ćwiczenia rozwijające uważność, efektywność interpersonalną, regulację emocji i odporność na stres / Matthew McKay, Jeffrey C. Wood, Jeffrey Brantley ; tłumaczenie Joanna Gołąb. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2015.
w 118758
18. Umysł, który szkodzi : mózg, zachowanie, odporność i choroba / Paul Martin ; przełożył Piotr Turski. - Warszawa : Warszawskie Wydawnictwo Literackie MUZA, 2011.
w 65505

19. Zdrowie emocjonalne młodzieży / Ireneusz Kowalewski, Jan L. Franczyk. - Kraków : Wydawnictwo Petrus, copyright 2017.
w 119909
20. Zwiększanie odporności psychicznej : wzmacnianie sił duchowych / Edith Grotberg ; redaktor naukowy polskiego wydania oraz tłumaczenie z języka angielskiego Małgorzata Karwowska-Struczyk. - Warszawa : "Żak", 2000.
w 49278

Rozdziały z książek:

1. Ból przewlekły a zaburzenia depresyjne i odporność / Dorota Ortenburger // W: Choroba, niepełnosprawność, cierpienie oraz postawy wobec nich - w teorii i w badaniach. - Warszawa, 2010. - S. 177-201.
cz 69568
2. Czy radzimy sobie z traumą etapowo? : perspektywa modelu funkcjonalno-czynnościowego obrony psychologicznej / Alicja Senejko // W: Profilaktyka traumy : praktyka i badania. - Kraków : Impuls, 2019. - S. 23-46.
cz 121855
3. Czynniki społeczno-ekologiczne warunkujące zdrowie i dobre przystosowanie / Krzysztof Ostaszewski // W: Edukacja zdrowotna : podstawy teoretyczne, metodyka, praktyka. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2017. - S. 71-78.
cz 118877
4. Odporność psychiczna jako czynnik ograniczający działanie niekorzystnych uwarunkowań środowiskowych u młodzieży narażonej na ryzyko uzależnienia / Małgorzata Piasecka // W: Profilaktyka i probacja w środowisku lokalnym. - Kraków, cop. 2012. - S. 333-338.
cz 67875
5. Psychopatologia rozwojowa : integrujące podejście do zdrowia i zaburzeń dzieci i młodzieży / Iwona Grzegorzewska, Lidia Cierpiątkowska // W: Psychologia kliniczna dzieci i młodzieży. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2020. - S. 137-162.
cz 122193
6. Teoria dziecięcej odporności psychicznej / Władysława Pilecka, Joanna Fryt // W: Psychologia zdrowia dzieci i młodzieży : perspektywa kliniczna. - Kraków, cop. 2011. - S. 48-68.
cz 65274

Artykuły z czasopism:

1. Cechy sprzyjające odporności psychicznej dzieci na podstawie polskojęzycznej wersji skali DECA (The Devereux Early Childhood Assessment) / Iwona Sikorska, Magdalena Adamczyk-Banach, Mateusz Polak // Przegląd Psychologiczny. - 2020, nr 3, s. 413-440.

2. Chroniczny stres a funkcjonowanie mózgu : jak przeciwdziałać negatywnym wpływom sytuacji stresogennych? / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Biologia w Szkole. - 2021, nr 4, s. 27-31.
3. Czym jest rezyliencja i jak ją budować? / Aleksandra Przybora // Świat Problemów. - 2022, nr 4, s. 9-12.
4. Dysregulacja emocjonalna : poszukiwanie ulgi a osobiste optimum / Sławomir Grab // Terapia Uzależnienia i Współuzależnienia. - 2018, nr 6, s. 11-13.
5. "Ego-resiliency" jako zasób osobisty : narzędzie pomiaru i jego wykorzystanie w badaniach interdyscyplinarnych / Anna Kołodziej-Zaleska, Hanna Przybyła-Basista // Czasopismo Psychologiczne. - 2018, nr 1, s. 159-170.
6. Gimnastyka mózgu : emocje i zdrowa samokontrola / Eryk Ołtarzewski // Życie Szkoły. - 2018, nr 4, s. 16-21.
7. Jak budować swoją odporność psychiczną? / Joanna Flis // Matematyka. - 2022, nr 1, s. 45-50.
8. Jak stymulować odporność psychiczną ("resilience") dziecka? / Marta Majorczyk // Bliżej Przedszkola. - 2017, nr 10, s. 11-13.
9. Jak wspierać odporność psychiczną dzieci w wieku przedszkolnym / Anna Jankowska // Bliżej Przedszkola. - 2019, nr 4, s. 4-7.
10. Jak zdobyć siłę i odporność psychiczną? / Aleksandra Kubala-Kulpińska // Życie Szkoły. - 2020, nr 7, s. 21-25.
11. Kącik kreatywnego nauczyciela : świąteczne gry kształtujące odporność emocjonalną / Agnieszka Bugajska // Bliżej Przedszkola. - 2023, nr 11, s. 20-21.
12. Koncepcje Viktora Frankla w pracy z dziećmi i młodzieżą / Zofia Kończewska-Murdzek // Wychowawca. - 2023, nr 1, s. 29-31.
13. Kształtowanie odporności psychicznej / opracowanie MP // Dyrektor Szkoły. - 2018, nr 12, s. 60.
14. 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.
15. Martwienie się a strategię radzenia sobie ze stresem u młodzieży : mediacyjna rola prężności psychicznej / Elżbieta Barbara Talik // Przegląd Psychologiczny. - 2022, nr 3, s. 43-58.

16. Odporność psychiczna : jej struktura i konstrukcja Skali Struktury Psychoimmunologicznej (SSP) / Adam Biela [i in.] // Czasopismo Psychologiczne. - 2013, nr 2, s. 375-389.
17. Odporność psychiczna dzieci i młodzieży - wyzwanie dla współczesnej edukacji / Iwona Grzegorzewska // Terazniejszość - Człowiek - Edukacja. - 2011, nr 1, s. 37-51.
18. Odporność psychiczna uczniów / Małgorzata Pomianowska // Dyrektor Szkoły. - 2018, nr 12, s. 57-59.
19. Odporność psychiczna w ujęciu psychologii pozytywnej : edukacja i terapia przez przygodę / Iwona Sikorska // Psychoterapia. - 2017, nr 2, s. 75-86.
20. Resilience a poczucie stresu i samoskuteczności u małżonków/partnerów osób z nabytą niepełnosprawnością ruchową / Magdalena Boczkowska // Szkoła Specjalna. - 2020, nr 5, s. 325-338.
21. Rola pracownika socjalnego w budowaniu odporności psychicznej dzieci i ich rodzin / Iwona Grzegorzewska // Praca Socjalna. - 2011, nr 4, s. 3-14.
22. Siła i odporność psychiczna uczniów / Magdalena Goetz // Dyrektor Szkoły. - 2013, nr 11, s. 68, 70-72.
23. Skala Sprężystości Psychicznej - polska adaptacja "Ego Resiliency Scale" / Łukasz D. Kaczmarek // Czasopismo Psychologiczne. - 2011, nr 2, s. 263-266.
24. Wpływ osób znaczących na odporność psychiczną najmłodszych / Anna Jankowska // Bliżej Przedszkola. - 2023, nr 1, s. 10-13.
25. Wzmacnianie odporności psychicznej klienta / pacjenta / Werner Reichmann // Wspólne Tematy. - 2017, nr 1, s. 43-5.

Filmy:

1. 10 minut uważności [Płyta komp.] : jak pomóc dzieciom radzić sobie ze stresem i strachem / Goldie Hawn, Wendy Holden ; tl. Michał Lipa ; muz. Grzegorz Dondziłło ; lektor Jolanta Jackowska. - Warszawa : MT Biznes, 2013.
a PK 2957
2. Ukoić siebie czyli Jak oswoić lęk i traumę [Płyta komp.] / Ewa Woydyłło, Martyna Harland ; czytają Dorota Bochenek, Diana Giurow. - Kraków : Wydawnictwo WAM - Studio Inigo, [2023].
a PK 4946

oprac. Halina Szpak
nauczyciel bibliotekarz
Wydział Informacyjno-Bibliograficzny i Czytelnia
Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka w Bielsku-Białej