

PEDAGOGICZNA BIBLIOTEKA WOJEWÓDZKA
im. MARIANA REJEWSKIEGO W BYDGOSZCZY
WYDZIAŁ INFORMACJI I WSPOMAGANIA PLACÓWEK OŚWIATOWYCH
ul. M. Skłodowskiej-Curie 4
85-094 Bydgoszcz
tel. 52-341-30-74

<http://www.pbw.bydgoszcz.pl>
e-mail: pbw@pbw.bydgoszcz.pl

NASTOLATKI

zestawienie bibliograficzne w wyborze
wydawnictw zwartych i artykułów z czasopism z lat 2019 -2023
opracowane na podstawie zbiorów PBW w Bydgoszczy

Opracowała: Ewa Bedełek

Bydgoszcz 2023

KSIAŻKI

- 1. Autodestruktywność dzieci i młodzieży** / Beata Ziółkowska, Jowita Wycisk.
- Warszawa : Difin, 2019. - 300 s.
sygnatura 166416 M, 166672 M
Zawiera: Specyfika adolescencji we współczesnym świecie. Zaburzenia odżywiania i nieprawidłowe zachowania. Samouszkodzenia umiarkowane. Zaburzenia używania alkoholu. Zaburzenia używania substancji psychoaktywnych. Prewencja zachowań autodestruktywnych.
- 2. Badania nad odbiorem przekazów masowych w praktyce edukacji medialnej** / Anna Granat. - Lublin : Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, 2019. - 333 s.
sygnatura 166869 M, 166870 M
Zawiera: Teorie wpływu mediów na odbiorcę – zadaniem badawczym. Praktyka badań sondażowych nad recepcją mediów i edukacja medialną. Praktyka badań nad odbiorem mediów w warunkach naturalnych.
- 3. Co robić, gdy brakuje ci odwagi? : kultowy poradnik dla nastolatków** / Jennifer Shannon ; przeł. Anna Kmiecik, Mateusz Wyszeccki. - Gdańsk : Wydawnictwo Levyz, 2020. - 122 s.
sygnatura 170178 M
Zawiera rozdziały: Lęk społeczny. Czy czegoś nie tracisz? Dlaczego ja? Źródła lęku społecznego. Grupa skazańców. Myśli, emocje, zachowania. Myślenie katastroficzne. Nie wierz w każdą swoją myśl. Kompas wartości. Schodząc z drogi perfekcjonizmu. Co ja sobie myślałem? Weryfikowanie faktów i test wartości. Rozmowa z własnymi myślami. Trenowanie umysłu w podejmowaniu wyzwań. Drabina doświadczeń. Od unikania do działania. Łap za szczebel! Wspinanie się na drabinę doświadczeń. Drabinka Belli. Doświadczenie, doświadczenie, doświadczenie. Usuwanie usterek. Co robić, gdy utkniesz? Ponad wszystko. Jakie błędy czynią Cię silniejszym?
- 4. Dlaczego rodzice tak cię wkurzają i co z tym zrobić** / Dean Burnett ; przeł. Dorota Malina. - Kraków : Insignis, 2020. - 330 s.
sygnatura 169856 M, 169857 M
Zawiera rozdziały: „Traktujesz dom jak hotel!”. „Wstawaj! Szkoda dnia!”. „Lata szkolne to najlepszy okres twojego życia!”. „Depresja? W głowie ci się przewracało!”. „Czy musisz cały czas gapić się w telefon?!”. „Zrozumiesz, jak dorośniesz”.
- 5. Dziecko i nastolatek w żałobie : rola nauczycieli i pedagogów** / Agnieszka Paczkowska. - Gdańsk : Fundacja Hospicyjna, 2020. - 123 s.
sygnatura 169263 M, 169264 M

Zawiera: Zapomniani żałobnicy – działania na rzecz osieroconych dzieci i nastolatków. Wsparcie emocjonalne osieroconych dzieci i nastolatków. Interwencja kryzysowa w placówce edukacyjnej. Edukacja na temat śmierci.

6. **Godziny wychowawcze z nastolatkami : scenariusze zajęć** / Anna

Radwańska, Anita Sołtys. - Warszawa : Difin, 2022. - 140 s.

sygnatura 173625 M, 173626 M

Zawiera: Scenariusze: Integracja grupy klasowej. Kultura dyskusji i szacunek dla jej uczestników. Zachowania kulturalne – savoir-vivre. Prawa i obowiązki ucznia. Odpowiedzialność prawna uczniów. Rola mediacji w szkole i życiu. Bezpieczeństwo w sieci. Cyberprzemoc – jedno z wielu zagrożeń Internetu. Przemoc relacyjna. Asertywność, czyli jak powiedzieć „nie” w sposób stanowczy, a nie agresywny. Konflikty – jak sobie z nimi radzić? Komunikacja werbalna i niewerbalna. Komunikat Ja i komunikat Ty. Motywacja wewnętrzna i zewnętrzna – która jest ważniejsza? Jak prawidłowo i efektywnie się uczyć? Rola wykształcenia i wiedzy w życiu. Studia jako kolejny etap w rozwoju człowieka. Rola współpracy i pomoc grupy w osiągnięciu celów indywidualnych oraz grupowych. Kim jestem? – pojęcie godności ludzkiej. Samorealizacja. Samoświadomość. Niepowodzenie – porażka, czy kolejny etap w rozwoju człowieka. Transseksualizm a transpłciowość. Inny nie znaczy gorszy – tolerancja i akceptacja. Depresja – choroba cywilizacyjna. Stres i techniki relaksacyjne. Zdrowy styl życia. Anoreksja, bulimia, nadwaga, otyłość. Uzależnienie – tytoń, alkohol i narkotyki. Czego może nauczyć praca w wolontariacie?

7. **Idź własną drogą : jak żyć w zgodzie ze sobą i realizować marzenia dzięki technikom terapii ACT** / Joseph Ciarrochi, Louise Hayes ; przeł. Sylwia

Pikiel. - Sopot : GWP, 2022. - 166 s.

sygnatura 172571 M, 172572 M

Ilustrowany poradnik dla nastolatków

Zawiera m. in. rozdziały: Rozwijanie umiejętności. Przejmij kontrolę nad swoim życiem. Koncentrowanie umiejętności na wybranym celu. Nadmierne myślenie i zamartwianie się. Lęk i zdenerwowanie. Budowanie silnych, wspierających relacji. Radzenie sobie z prześladowaniem. Przygnębienie i smutek. Poczucie krzywdy, strach i brak bezpieczeństwa. Panowanie nad życiem w sieci. Budowanie prawdziwej pewności siebie. Dążenie do mistrzostwa.

8. **Jak pomóc nastolatkom : w walce ze stresem, lękiem i depresją** / Roy

Petitfils ; przeł. Laura Bigaj. - Kraków : eSPe, 2021. - 177 s.

sygnatura 171040 M, 171041 M

Zawiera: ZAKRES WSPARCIA. Jaka jest skala problemu? Czy powinienem się wtrącać? Jak możemy pomóc? NARZĘDZIA WSPARCIA. Czym jest stres.? Rozpoznawanie lęków i depresji. Unikanie presji sukcesu. Bogactwo

wiary. Sztuka słuchania. Wsparcie dla wspierającego. Bądź miłosiernym Samarytaninem.

9. **Jak radzić sobie z nastolatkiem : poradnik dla dorosłych : jak rozszyfrować zachowanie nastolatka i zbudować z nim silną więź** / Josh Shipp ; przeł. Joanna Grabiak-Pasiok. - Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 2019. - 342 s.
sygnatura 166686 M, 166687 M
Zawiera części: Trzy kluczowe poglądy. Fazy rozwoju nastolatka. Radzenie sobie z problemami w życiu nastolatka. Wyzwania w relacji i komunikacji z nastolatkiem. Trudne i krepujące rozmowy. Niebezpieczne lub niepokojące zachowania. Nastolatki i technologiczny zawrót głowy. Problemy szkolne i edukacyjne.
10. **Jak zdobyć przyjaciół i zjednać sobie ludzi : dla nastolatków** / Donna Dale Carnegie ; przeł. Dorota Piotrowska. - Warszawa : Wydawnictwo Studio Emka, 2019. - 216 s.
sygnatura 167971 M
Zawiera rozdziały: Nie krytykuj, nie potępiaj i nie pouczaj. Wielki sekret kontaktów z ludźmi. Sztuka przekonywania. Wszystko, co kiedykolwiek chcielibyście wiedzieć o zawieraniu przyjaźni. Sztuka słuchania. Nie można wygrać kłótni. Umiej przyznać się do błędu. Podsumowanie: jak być przywódcą i wydobyć z siebie i innych to, co najlepsze.
11. **Kierunek dojrzałość** / William Stixrud i Ned Johnson ; przeł. Agnieszka Jarosz. - Warszawa : CeDeWu, 2019. - 405 s.
sygnatura 167552 M, 167553 M
Zawiera rozdziały: Najbardziej stresującą rzecz we wszechświecie. „Za bardzo cię kocham, żeby kłócić się z tobą o zadanie domowe”. „Twoja decyzja”. Niezatraskana obecność. Motywacja wewnętrzna. Radykalne wyciszenie. Sen. Poczucie kontroli a szkoła. 24/7 online. Ćwiczenie ciała i umysłu. Zaburzenia uczenia się, ADHD oraz spektrum zaburzeń autystycznych. SAT, ACT i inne bolesne egzaminacyjne uczniów. Kto jest gotowy na college? Wyjście awaryjne.
12. **Na emocjonalnej karuzeli : jak pokonać samokrytycyzm, opanować emocje i zaakceptować siebie dzięki technikom uważności i współczucia** / Karen Bluth ; przeł. Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Sopot : GWP, 2022. - 165 s.
sygnatura 172275 M
Zawiera: Program z ćwiczeniami dla nastolatków, poprawiającymi samoocenę i pomagającymi przezwyciężyć niepewność.

- 13. Nastolatek w kryzysie : karty terapeutyczne i karty pracy psychologiczno-pedagogicznej /** Agnieszka Lasota. - Warszawa : Difin, 2022. - Teka (60 kart)
sygnatura 173458 M, 173459 M
Zawiera: 55 kart: 11 kart kolorowych (pokazowych) o charakterze terapeutycznym, 44 karty czarno-białe, służące do pracy indywidualnej. Karty przeznaczone są dla uczniów w okresie adolescencji, czyli między 12, a 18 rokiem życia. Karty dotyczą kategorii problemowych: sytuacji kryzysowych – DEPRESJA, PRZEMOC, CYBERPRZEMOC, AGRESJA, STRATA BLISKIEJ OSOBY oraz odkrywania pozytywnych zasobów: TALENTY, PRAGNIENIA, MARZENIA, CELE W ŻYCIU, EMPATIA, ŻYCZLIWOŚĆ, WDZIĘCZNOŚĆ.
- 14. #Nastolatka : poradnik dla początkujących nastolatk /** Aniela Cholewińska-Szkolik, Anna Chromy, Marta Kawczyńska, Aleksandra Granica-Bieranowska, Agnieszka Skowron ; ilustracje Katarzyna Olbromska. - Warszawa : Wydawnictwo Zielona Sowa Sp. z o.o., 2019. - 256 s.
sygnatura 166742 M
Zawiera części: Moje ciało. Kim jestem. Relacje. Szkoła. Mój styl. Życie pozaszkolne.
- 15. Nastolatki na krawędzi : czego nie wiecie o problemach swoich córek /** rozmawiają Krystyna Romanowska, Agnieszka Dąbrowska i Marta Niedźwiedzka. - Warszawa : Muza, 2023. - 350 s.
sygnatura 173836 M, 173837 M
Zawiera rozdziały: Nastoletnia epoka lodowcowa. Dlaczego tak trudno jest porozumieć się z dorastającym dzieckiem. (Chyba) ma depresję. Nastoletnie smutki – sprawa bardzo na serio. Jak dobrze być wariatką. Czy zaburzenia psychiczne mogą być ucieczką przed rzeczywistością? Taka bystra i ma autyzm? Dziewczęta inne niż wszystkie. Chaos w głowie. Nastolatki z ADHD. Królowe internetu, czyli życia? Jak nastolatki (i ich rodzice) korzystają z technologii. Zamrożone lata. Nastolatka sięga po używki. Ona, on, ono, onx. Nastoletnie problemy z identyfikacją płci. Atrakcyjna, czyli jaka? Seksualność i seksualizacja nastolatk. W labiryncie rodzinnych kolacji i koalicji. O zaburzeniach odżywiania i otyłości. Samouszkodzenia i próby samobójcze. Jak zapobiegać, jak reagować? Diagnoza i co dalej? Terapia nastolatka to zadanie również dla rodziców
- 16. Nastolatki zdolne, ale rozkojarzone : skuteczny trening umiejętności /** Richard Guare, Peg Dawson, Colin Guare ; przeł. Aleksandra Weksej ; redaktor naukowy Maria Kujawa. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2019. - 431 s.
sygnatura 168339 M, 168340 M
Zawiera m. in.: Co sprawia, że twój nastolatek jest zdolny ale rozkojarzony. Umiejętności wykonawcze a mózg nastolatka. Określanie mocnych i słabych

stron nastolatka. Ocena własnych umiejętności wykonawczych i stylu wychowawczego. Podstawy skutecznych działań. Dziesięć zasad rozwijania umiejętności wykonawczych u nastolatka. Motywowanie nastolatka do korzystania z umiejętności wykonawczych. Modyfikowanie otoczenia. Nauka umiejętności wykonawczych.

- 17. Orientacje życiowe twórczych i odtwórczych 13-16 latków** / Marzena Adamowicz, Alicja Ostrowska. - Kraków : Impuls, 2021. - 189 s.
sygnatura 170711 M, 170712 M
Zawiera: Fenomen twórczości. Orientacje życiowe 13-16 latków. Orientacje życiowe twórczych i odtwórczych 13-16 latków w empirycznych poszukiwaniach. Myślenie twórcze adolescentów. Postawy twórcze badanych. Osoby twórcze i odtwórcze. Orientacje życiowe twórczych i odtwórczych respondentów. Orientacje życiowe w percepcji adolescentów. Twórcze orientacje życiowe twórczych i odtwórczych badanych. Sylwetki twórczych adolescentów.
- 18. Otyłość dziecięca z perspektywy dzieci i rodziców : aspekt behawioralny, emocjonalny, poznawczy** / Kamila Czepczor-Bernat. - Warszawa : Difin, 2021. - 198 s.
sygnatura 171902 M, 171903 M
Zawiera rozdziały: Otyłość w grupie dzieci i młodzieży. Wybrane aspekty funkcjonowania behawioralnego, emocjonalnego i poznawczego wśród dzieci i młodzieży. Perspektywa diadyczna (dziecko-rodzic): teoria i badania. Psychologiczne funkcjonowanie dzieci i młodzieży z otyłością – badania własne. Wybrane strategie prewencyjne i interwencje u dzieci i młodzieży z nadmierną masą ciała.
- 19. Pedagogiczne, psychologiczne i socjologiczne uwarunkowania mediacji w szkole** / Anna K. Duda, Ewa Czerwińska-Jakimiuk, Mateusz Szast, Małgorzata Mądry-Kupiec, Wioletta Skrzypek. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe Scholar, 2021. - 190 s.
sygnatura 171910 M, 171911 M
Zawiera rozdziały: Emocje we wczesnej adolescencji – jak je rozumieć i na nie wpływać? Społeczne aspekty mediacji rówieśniczych w szkołach. Poznawanie uczniów w kontekście diagnozowania predyspozycji do roli mediatora rówieśniczego. Współpraca z rodzicami w zakresie wprowadzania i promocji mediacji w szkołach. Przestępczość i nieprzystosowanie społeczne młodzieży. Przegląd wybranych teorii kryminologicznych.
- 20. Pod presją : twarzą w twarz z epidemią stresu i lęku wśród dziewcząt** / Lisa Damour ; przeł. Joanna Dżdża. - Warszawa : Mamania, 2020. - 270 s.
sygnatura 170791 M, 170792 M
Zawiera rozdziały: Radzenie sobie ze stresem i lękiem. Dziewczynki w domu.

Dziewczynki wśród dziewczynek. Dziewczynki wśród chłopców. Dziewczynki w szkole. Dziewczynki w kulturze.

- 21. Przemoc : podręcznik przetrwania dla nastolatków : szkoła, internet, rówieśnicy / Aija Mayrock ; przeł. Jowita Maksymowicz-Hamann. - Warszawa : Mamania, 2020. - 158 s.**
sygnatura 172531 M, 172532 M
Zawiera rozdziały: Dlaczego ja: Bo jesteś zwyczajnym dzieckiem. Twoje Stare Ja: Uwięzienie w roli. Twoje Prawdziwe Ja: Przecz ze Starym, niech żyje Nowe.. Gdzie szukać pomocy: Jak zostać swoim własnym superbohaterem. Strach: Mroczny tunel. Scenariusze bitewne: Jak przetrwać w okopach. #Cybergnębienie: Jak nacisnąć Delete. Kreatywność: Jak odzyskać szczęście. Korzyści z bycia gnębionym: Jak znaleźć światełko w tunelu.
- 22. Przywiązanie : w kontekście wrażliwości rodzicielskiej, socjalizacji oraz wpływów kulturowych / Katarzyna Lubiewska. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN SA, 2019. - 443 s.**
sygnatura 167262 M, 167263 M
Zawiera m. in. rozdziały: Kluczowe hipotezy teorii przywiązania. Przywiązanie. Rodzicielskie uwarunkowania rozwoju przywiązania. Kontekstualne i kulturowe uwarunkowania związku pomiędzy rodzicielstwem a przywiązaniem. Kulturowy model rodzicielstwa jako socjalizacyjnej niszy rozwoju przywiązania. Domeny socjalizacji, międzypokoleniowa transmisja przywiązania w okresie adolescencji oraz jej kulturowe uwarunkowania.
- 23. Rodzina w sytuacji trudnej : zdążyć z pomocą. Cz. 2 / redakcja naukowa Beata Szurowska. - Warszawa : Difin, 2019. - 195 s.**
sygnatura 168345 / Cz. 2 M, 168346 / Cz. 2 M
Zawiera: Rady i wskazówki metodyczne dotyczące wychowania dzieci ze specjalnymi potrzebami, np. dzieci z zespołem Downa, ADHD, niewidome czy niesłyszące. Omówiono problemy, z którymi mogą się spotkać rodzice wychowujący dzieci starsze i nastoletnie, m.in. takie jak: zaburzenia odżywiania, alkoholizm, uzależnienia od narkotyków, zagrożenia związane z funkcjonowaniem w świecie mediów.
- 24. Samookaleczenia nastolatków : uwolnij się od destrukcyjnych zachowań dzięki technikom terapii DBT / Sheri Van Dijk ; przeł. Jolanta Bartosik. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2022. - 180 s.**
sygnatura 173638 M, 173639 M
Zawiera rozdziały: Samookaleczanie i jego przyczyny. Skuteczne sposoby na sytuacje kryzysowe. Jak nie dać się porwać niezdrowym zachowaniom. Jak odnaleźć swoją wewnętrzną mądrość. Oswajanie emocji poprzez ich nazywanie. Jak przestać dolewać oliwy do ognia. O unikaniu unikania. Waga relacji międzyludzkich.

25.7 nawyków skutecznego nastolatka : obowiązkowy przewodnik dla

młodzieży / Sean Covey ; przeł. Anna Rędzio ; uzupełnienia do tego wydania przetłumaczyła Anna Zdziemborska. - Wydanie III zmienione (dodruk). - Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 2020. - 355 s.

sygnatura 168947 M, 168948 M

Zawiera części: Początek. Nabierz nawyków. Paradygmaty i zasady. Zwycięstwo nad sobą. Osobiste Konto Bankowe. Bądź kowalem swojego losu. Zaczynając coś, określ sobie cel działania. Najpierw najważniejsze. Zwycięstwo nad światem. Bankowe Konto Relacji. Przyjmij strategię wygraną-wygrana. Staraj się najpierw zrozumieć, potem być zrozumianym. Dąż do synergii. Regeneracja. Pamiętaj o ostrzeniu piły. Nie trać nadziei.

26. Szkoła bohaterów i bohaterów czyli Jak radzić sobie z życiem / Przemek

Staroń ; ilustracje Marta Ruszkowska. - Warszawa : Wydawnictwo Agora, 2020. - 262 s.

sygnatura 170220 M, 170221 M

Zawiera m. in. rozdziały: Dlaczego jestem inny(a)? Czyli o mocy nieoczywistych talentów. Czy to nie jest dla mnie za trudne? Czyli o tajemnicy olimpijczyków. Skąd mam wiedzieć, czego pragnę? Czyli o jedynie słusznych decyzjach. Dlaczego to, co dobre, musi się skończyć? Czyli o grze komputerowej zwanej życiem. Dlaczego czuję się jak w potrzasku? Czyli o tym, jak zrzucić kostium. Czy ja w ogóle mam wpływ na rzeczywistość? Czyli o fochach na kozetce u psychoterapeuty. Po co się tak męczyć? Czyli o tym, co najważniejsze.

27. Trudny czas dojrzewania : jak pomóc nastolatkom radzić sobie z emocjami, osiągać cele i budować więzi, stosując terapię akceptacji i zaangażowania oraz psychologię pozytywną / Louise Hayes, Joseph

Ciarrochi ; przeł. Sylwia Pikiel. - Sopot : GWP, 2019. - 383 s.

sygnatura 168361 M, 168362 M

Zawiera rozdziały: Co jest potrzebne do rozkwitu. Wartości pomagają nam odnaleźć sens i odzyskać witalność. Administrator pomaga nam odnaleźć drogę. Nawigator pomaga nam doceniać i wybierać. Odkrywca pomaga nam rozwijać się i wzrastać. Powrót do wartości i zaangażowanie w działanie. Wykorzystanie wszystkich umiejętności DNA-V do wyrobienia elastycznej siły. Nasze ja w działaniu. Rozwijanie elastycznego postrzegania siebie. Od agresji wobec siebie do współczucia dla siebie. Przyjaźń i miłość są wpisane w nasze DNA. Budowanie silnych sieci społecznych. Jak stać się ekspertem od modelu DNA-V – osiem wskazówek.

28. W pułapce myśli - dla nastolatków : jak skutecznie poradzić sobie z

depresją, stresem i lękiem / Louise Hayes, Ann Bailey, Joseph Ciarrochi ; przeł. Agnieszka Cioch. - Sopot : GWP, 2019. - 168 s.

sygnatura 167963 M, 167964 M

Zawiera rozdziały: A jeśli każdy skrywa jakiś sekret? Jak zostać uważnym wojownikiem. Początek podróży. Odnalezienie wewnętrznego spokoju. Obserwacja wewnętrznej walki. Zwycięskie posunięcie. Konfrontacja z machiną umysłu. Niedowierzenie osadom własnego umysłu. Kształtowanie mądrego dystansu. Poznanie własnych wartości. Cenięcie siebie. Budowanie i pielęgnowanie przyjaźni. Poszukiwanie własnej drogi. Iskra, którą nosisz w sercu.

29. **Wszystko gra! : jak edukacja muzyczna wspiera rozwój dziecka** / Anita Collins ; przeł. Rozalia Słodczyk ; redakcja naukowa Maria Chełkowska-Zacharewicz. - Warszawa : PWN, 2021. - 269 s.

sygnatura 171815 M, 171816 M

Zawiera m. in. Część III: Zmniejszenie różnic między dzieciństwem a okresem nastoletniości, od 9 do 12-14 lat. Jak muzyka buduje pewność siebie. Jak muzyka uczy wytrwałości. Jak muzyka wyzwala w dzieciach zdolności przywódcze. Jak muzyka poprawia pamięć dziecka. Część IV: Prawie dorosły, od 12-14 lat do dorosłości. Jak muzyka pomaga dzieciom w utrzymaniu równowagi. Jak muzyka uczy dzieci tworzenia i innowacji. Wykorzystanie muzyki do skutecznego uczenia się i do radzenia sobie ze stresem. Jak edukacja muzyczna jest prezentem, który dostajemy przez cały czas.

30. **Wynaleźć siebie : sekretne życie mózgu nastolatka** / Sarah-Jayne Blakemore ; przeł. Jowita Maksymowicz-Hamann. - Warszawa : Wydawnictwo Maman - Grupa Wydawnicza Relacja, 2019. - 279 s.

sygnatura 166671 M

Zawiera rozdziały: Okres dojrzewania to nie anomalia. Poczucie własnego ja. Wpasowywanie się. Pod czaszką. Wnętrze żywego mózgu. Wiecznie plastyczny mózg. Społeczny umysł, społeczny mózg. Rozumienie innych. Właściwy rodzaj ryzyka. Kiedy coś pójdzie nie tak. Edukacja mózgu. Najważniejsza jest droga do celu.

31. **Zagrożone dorastanie : od rozwoju zaburzonego do zrównoważonego. T. 2** / redakcja naukowa Mariusz Z. Jędrzejko, Marek Walancik ; zespół autorski Mariusz Z. Jędrzejko, Marek Walancik, Jarosław Bugajski, Adam Szwedzik, Małgorzata Grabowska, Sylwester Bębas, Wioletta Adamczyk-Bębas. - Milanówek : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke ; Warszawa : Oficyna Wydawnicza ASPRA (ASPRA-JR F.H.U.) ; Pułtusk : Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztora. Wydawnictwo, 2019. - 211 s.

sygnatura 167214 / T. 2 M

Zawiera części: Psychofizyczne i społeczne konteksty rozwoju dzieci i nastolatków. Problemy, diagnozy, rozwiązania i profilaktyka.

32. **Żyłkę zawsze noszę przy sobie : depresja dzieci i młodzieży /**

Małgorzata Gołota. - Poznań : Filia, 2022. - 350 s.

sygnatura 172627 M

Zawiera rozdziały: „Stan, w którym nie możesz mieć nadziei, że będzie lepiej”
Co to jest depresja? „Byłam martwa już od dawna i nikt się tym nie przejmował”
Objawy, których nie wolno lekceważyć. „Opresyjny system nauczania”
Dlaczego szkoła szkodzi? Biologia, genetyka i życiowa codzienność.
Dlaczego rodzina jest najważniejsza? „Dzwoniąc do nas, dzieci szukają dla siebie ratunku”
Jak działa telefon zaufania? „Cześć! Nazywam się Natalia... i przegrywam z depresją”
Jak wygląda życie z chorobą? Szpital to nie bajka. Codzienność na oddziałach psychiatrycznych.
„Wszystkie te zmiany są po prostu koniecznością”. Kiedy skończy się kryzys psychiatrii?
„Ludzie nie chcą umierać”. Dlaczego tak wiele osób decyduje się na samobójstwo?
Istota terapii to zmiana obejmująca całe rodziny. Czy jesteśmy na to gotowi?
„Traktuj dziecko jak przyjaciela. To mu pomoże”
Czy szczęśliwe zakończenia się zdarzają?

ROZDZIAŁY I ARTYKUŁY Z WYDAWNICTW ZWARTYCH

1. **Burzliwy rozwój w niezrównoważonej rzeczywistości : zjawiska i potrzeby / Mariusz Z. Jędrzejko // W: Zagrożone dorastanie : od rozwoju zaburzonego do zrównoważonego. T. 2 / redakcja naukowa Mariusz Z. Jędrzejko, Marek Walancik. - Milanówek : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke ; Warszawa : Oficyna Wydawnicza ASPRA (ASPRA-JR F.H.U.) ; Pułtusk : Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztor. Wydawnictwo, 2019. - S. 55-78.**
sygnatura 167214 / T. 2 M
2. **Cechy i właściwości okresu dojrzewania a udział dzieci i młodzieży w cyberprzestrzeni / Wioleta Adamczyk-Bębas, Sylwester Bebas, Mariusz Z. Jędrzejko // W: Zagrożone dorastanie : od rozwoju zaburzonego do zrównoważonego. T. 2 / redakcja naukowa Mariusz Z. Jędrzejko, Marek Walancik. - Milanówek : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke ; Warszawa : Oficyna Wydawnicza ASPRA (ASPRA-JR F.H.U.) ; Pułtusk : Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztor. Wydawnictwo, 2019. - S. 137-153.**
sygnatura 167214 / T. 2 M
3. **Czy istnieje antidotum na zachowania ryzykowne nastolatków ? / Małgorzata Grabowska, Mariusz Z. Jędrzejko, Marek Walancik // W: Zagrożone dorastanie : od rozwoju zaburzonego do zrównoważonego. T. 2 / redakcja naukowa Mariusz Z. Jędrzejko, Marek Walancik. - Milanówek : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke ; Warszawa**

: Oficyna Wydawnicza ASPRA (ASPRA-JR F.H.U.) ; Pułtusk : Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztora. Wydawnictwo, 2019. - S. 157-172. sygnatura 167214 / T. 2 M

4. **Zagrożenia bliższe i dalsze dojrzewania i wychowania dorosłości – próba wykładni problemów i zjawisk** / Mariusz Z. Jędrzejko, Marek Walancik // W: Zagrożone dorastanie : od rozwoju zaburzonego do zrównoważonego. T. 2 / redakcja naukowa Mariusz Z. Jędrzejko, Marek Walancik. - Milanówek : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke ; Warszawa : Oficyna Wydawnicza ASPRA (ASPRA-JR F.H.U.) ; Pułtusk : Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztora. Wydawnictwo, 2019. - S. 183-202. sygnatura 167214 / T. 2 M
5. **Znaczenie grupy rówieśniczej dla dzieci i nastolatków (zmiany w społeczeństwie ponowoczesnym)** / Jarosław Bugajski, Mariusz Z. Jędrzejko // W: Zagrożone dorastanie : od rozwoju zaburzonego do zrównoważonego. T. 2 / redakcja naukowa Mariusz Z. Jędrzejko, Marek Walancik. - Milanówek : Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke ; Warszawa : Oficyna Wydawnicza ASPRA (ASPRA-JR F.H.U.) ; Pułtusk : Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztora. Wydawnictwo, 2019. - S. 79-134. sygnatura 167214 / T. 2 M

ARTYKUŁY Z CZASOPISM

1. **Bądź świadomym użytkownikiem nowych technologii** / Agata Jabłonowska-Turkiewicz // Remedium. - 2023, nr 2, s. 2-5
2. **Bieżnia życia - czyli o pogoni za sukcesem** / Lidia Ippoldt // Biblioteka w Szkole : czasopismo pracowników bibliotek oświatowych. - 2021, nr 10, dod. Biblioterapia w Szkole, s. 48-49
3. **Co nie jest na pokaz? : zjawisko sextingu wśród nastolatków** / Katarzyna Kulesza // Niebieska Linia. - 2022, nr 5, s. 23-26
4. **Coś ze mną jest nie tak** / Aleksandra Józefowska. Rozm. przepr. Edyta Żmuda // Charaktery. - 2021, nr 7, s. [36]-[41]
5. **Czemu oni boją się życia?** / Lidia Ippoldt, Roksana Kociołek-Kaszyńska // Biblioteka w Szkole : czasopismo pracowników bibliotek oświatowych. - 2020, nr 10, s. 48-50

6. **Czy media społecznościowe winne są śmierci brytyjskiej nastolatki?** / Sylwia Pawłowska // Remedium. - 2023, nr 1, s. 15-17
7. **Czym jest TikTok i jak działa?** / Wojciech Jasiński // Remedium. - 2021, nr 7/8, s. 44-46
8. **Daj korzenie i skrzydła** / Martyna Goryniak // Charaktery. - 2022, nr 10, s. 36-39
9. **Depresja nastolatków** / Małgorzata Pomianowska // Dyrektor Szkoły : miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2021, nr 3, s. 61-63
10. **Dlaczego warto edukować seksualnie** / Mariusz Z. Jędrzejko, Tomasz Kozłowski // Dyrektor Szkoły : miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2020, nr 10, s. 50-54
11. **Dziecko i nastolatek w żałobie : rola nauczycieli i pedagogów** / Agnieszka Paczkowska // Życie Szkoły : edukacja wczesnoszkolna. - 2021, nr 7 (błędnie na okładce nr 9), s. 42-43
12. **IGen : dzieci, które nie chcą dorosnąć** / Jean M. Twenge // Charaktery. - 2019, nr 8, s. 80-81
13. **Jak towarzyszyć dziecku w dorastaniu?** / Agnieszka Lorek-Groniewska // Charaktery. - 2022, nr 2, s. 66-71
14. **Jak żyć pod jednym dachem z nastolatkiem?** / Maria Engler // Remedium. - 2021, nr 6, s. 28-29
15. **"Kasa, kasa, kasa!" - czyli o gospodarce finansowej nastolatków** / Lidia Ippoldt // Biblioteka w Szkole : czasopismo pracowników bibliotek oświatowych. - 2020, nr 10, s. 46-47
16. **Klasyfikacja kolonistów** / Małgorzata Nowak // Dyrektor Szkoły : miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2022, nr 7, s. 49-50
17. **Lęk w życiu nastolatka** / Paweł Dyberny // Charaktery. - 2020, nr 6-7, s. 64-69
18. **Młody człowiek na zakręcie** / Marta Włodarczyk // Remedium. - 2021, nr 11, s. 28-30
19. **Młodzież 2021** / Sylwia Pawłowska // Remedium. - 2022, nr 11, s. 2-5

20. **Młodzież z zaburzeniami psychicznymi** / Tomasz Garstka // Dyrektor Szkoły : miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2020, nr 9, s. 54-57
21. **Moje dziecko na pewno "tego" nie robi! Kiedy, po co i jak rozmawiać z nastolatkiem o inicjacji seksualnej?** / Maria Banout // Charaktery. - 2021, nr 3, s. 58-64
22. **Nastolatek w stresie : mózg w przebudowie** // Charaktery. - 2021, nr 9, s. 104-105
23. **Nastolatki o swoim zdrowiu. Wyniki badań HBSC 2018** / Joanna Mazur, Barbara Woynarowska // Remedium. - 2019, nr 10, s. 2-4
24. **Nastolatki przed ekranem i monitorem. Wyniki badań HBSC 2018** / Joanna Mazur i [in.] // Remedium. - 2020, nr 6, s. 2-4
25. **Nastoletnia miłość** / Wiktoria Dróżka // Charaktery. - 2021, nr 9, s. 80-84
26. **Nastoletnie przyjaźnie** / Barbara Wesołowska-Budka // Charaktery. - 2022, nr 11, s. 70-73
27. **Ocena ryzyka samobójstwa** / Renata Gardian-Miałkowska // Remedium. - 2022, nr 5, s. 18-20
28. **Odchudzanie się nastolatków. Wyniki badań HBSC 2018** / Barbara Woynarowska, Joanna Mazur // Remedium. - 2020, nr 1, s. 2-4
29. **Oswoić lęk, czyli jak być nastolatkiem** / Maria Engler // Remedium. - 2022, nr 11, s. 29-30
30. **Palenie tytoniu przez nastolatki. Wyniki badań HBSC** / Anna Kowalewska // Remedium. - 2020, nr 3, s. 2-4
31. **Picie alkoholu i używanie marihuany przez nastolatki - wyniki badań HBSC** / Anna Kowalewska, Barbara Woynarowska // Remedium. - 2020, nr 7/8, s. 2-4
32. **5 sposobów na stres nastolatka** / Dominika Maron // Remedium. - 2021, nr 11, s. 60-61
33. **Pokolenie covid : jak pomóc przetrwać pandemię nastolatkowi?** / Monika Sroka-Ossowska // Charaktery. - 2021, nr 6, s. 47

34. **Pokolenie iGEN** / Agnieszka Wilczyńska, Natasza Baran // Charaktery. - 2022, nr 7, s. 40-45
35. **Praca z rodziną, w której dziecko doświadcza zaburzeń odżywiania** / Martyna Antoniszyn // Psychologia w Praktyce. - 2023, nr 3, s. 67-74
36. **Próby samobójcze nastolatków** / Mariusz Z. Jędrzejko // Dyrektor Szkoły : miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2021, nr 3, s. 48-55
37. **Rola mediów społecznościowych w kształtowaniu obrazu własnego ciała u nastolatków i młodych dorosłych** / Kaja Chojnacka // Remedium. - 2021, nr 6, s. 7-9
38. **Seksualność nastolatków** / Donald E. Greydanus, Hatim A. Omar, Christine Tran Vu // Psychologia w Praktyce. - 2020, nr 5, s. 6-14
39. **Spożywanie śniadań przez nastolatki - wyniki badań HBSC** / Barbara Woynarowska, Magdalena Korzycka // Remedium. - 2020, nr 5, s. 17-19
40. **Stres czy depresja?** / Katarzyna Koper // Charaktery. - 2021, nr 10, s. 36-37
41. **Szept, ale czy w dobrej sprawie? - czyli o moralnych dylematach nastolatków poruszających się w wirtualnym świecie** / Lidia Ippoldt // Biblioteka w Szkole : czasopismo pracowników bibliotek oświatowych. - 2021, nr 10, dod. Biblioterapia w Szkole, s. 50-51
42. **Szkolny dress-code** / Sylwia Pawłowska // Remedium. - 2022, nr 7-8, s. 39-42
43. **Sztuka rozmawiania z nastolatkiem** / Joanna Pruban // Remedium. - 2021, nr 1, s. 23-25
44. **Ten obcy, który wyrasta z naszego dziecka : czyli dlaczego tak trudno zrozumieć nastolatka?** / Marek Kaczmarzyk // Charaktery. - 2021/2022, nr 1/12, s. 52-[55]
45. **TikTok - ulubiona aplikacja nastolatków** / Sylwia Pawłowska // Remedium. - 2020, nr 10, s. 18-20
46. **Uwaga! Nastolatek dojrzewa** / Joanna H. Śliwowska // Charaktery. - 2020, nr 1, s. 44-46
47. **Wojny domowe** / Monika Perkowska // Charaktery. - 2020, nr 8, s. 50-[55]

48. **Wolność nastolatka** / Anna Bajus // Charaktery. - 2022, nr 8, s. 56-59
49. **Wpływ smartfonów na sen nastolatków** / Mariusz Z. Jędrzejko, Tomasz Kozłowski // Dyrektor Szkoły : miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2022, nr 5, s. 48-53
50. **Wspieranie rozwoju społecznego nastolatków** / Marta Glinka // Remedium. - 2023, nr 12, s. 28-30
51. **Wykluczenie w świecie nastolatka** / Adriana Kloskowska // Charaktery. - 2020, nr 8, s. 56-61
52. **Zdrowie psychiczne młodzieży** / Małgorzata Wójtowicz-Szeffler, Izabela Grzankowska, Monika Deja // Remedium. - 2023, nr 3, s. 17-19
53. **Zrozumieć, być, nie dopuścić** / Jan Opielka // Charaktery. - 2020, nr 4-5, s. 44-[47]

FILM, KSIĄŻKA MÓWIONA

1. **Budowanie relacji** / reżyseria Dariusz Regucki ; scenariusz Krzysztof Rzeźniowiecki. - Kraków : Wydawnictwo Rubikon, 2019. - 1 dysk optyczny (DVD)(30 min) : dźwiękowy, kolorowy ; 12 cm + książka: 31 stron
sygnatura Og 461 DVD Og
Film
2. **To nie wypanda** / Disney, Pixar Animation Studios ; directed by Domee Shi ; screenplay by Julia Cho, Domee Shi. - Warszawa : dystrybucja Galapagos, © 2022. - 1 DVD (96 min) : dźwiękowy, kolorowy
sygnatura 500 DVD Og
Film
3. **Zapiski nastolatki (nie) takiej jak inne** / Barbara Wicher. - [Piaseczno] : Storybox.pl, [2021]. - 1 CD (7 godz. 27 min) : zapis cyfrowy, stereo
sygnatura Og MP3 - 290 Og
Książka mówiona

POWIEŚCI

1. **Chłopiec z lasu** / Harlan Coben ; przeł. Andrzej Szulc. - Warszawa : Albatros, 2020. - 414 s.
sygnatura 170177 M

2. **Lato utraconych** / Anna Kańtoch. - Warszawa : Marginesy, 2021. - 387 s.
sygnatura 172154 M
3. **Marcepanowa miłość** / Agnieszka Lis. - Poznań : Skarpa Warszawska, 2022.
- 317 s.
sygnatura 173541 M
4. **Miała umrzeć** / Ewa Przydryga. - Warszawa : Warszawskie Wydawnictwo Literackie Muza, 2020. - 317 s.
sygnatura 171753 M
5. **Poszukiwanie** / Charlotte Link ; przeł. Dariusz Guzik. - Katowice : Wydawnictwo Sonia Draga, 2019. - 526 s.
sygnatura 167649 M
6. **Srebrna droga** / Stina Jackson ; przeł. Emilia Fabisiak. - Warszawa : Wydawnictwo Świat Książki, 2019. - 331 s.
sygnatura 167746 M
7. **Zagadka purpurowej orchidei** / Agnieszka Stelmaszyk ; zilustrowała Magdalena Babińska. - Warszawa : Wilga, 2021. - 283 s.
sygnatura 170691 M