

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

KRYZYS PSYCHICZNY

zestawienie bibliograficzne w wyborze
wydawnictw zwartych z lat 2002-2025
i artykułów z czasopism z lat 2021-2025
opracowane na podstawie zbiorów PBW w Bydgoszczy

Opracowała: Ewa Bedełek

Bydgoszcz 2026

KSIAŻKI

1. **Chcę żyć! Żyć inaczej : techniki wspierania ucznia w kryzysie**

suicydalnym / Agnieszka Jaros, Magdalena Staniaszek. - Łódź :

Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, 2024. - 210 s.

sygnatura M 176845M

(...) Książka składa się z części teoretycznej i praktycznej. Część pierwsza zawiera wprowadzenie w tematykę suicydalną oraz ukazanie perspektywy ucznia/nastolatka. Część druga składa się ze scenariuszy warsztatów, ujętych w trzech blokach tematycznych, skierowanych do kadry pedagogicznej oraz uczniów. Blok A ma pomóc w kształtowaniu umiejętności nauczyciela w zakresie przeprowadzania rozmów z uczniem w kryzysie i jego rodzicami/opiekunami prawnymi. Dodatkowo blok C służy wsparciu kadry pedagogicznej w opracowaniu i wdrażaniu strategii postępowania w sytuacji próby samobójczej i samobójstwa ucznia (lub pracownika szkoły) oraz w udzielaniu pierwszej pomocy emocjonalnej. Z kolei blok B zaadresowany jest do uczniów i ma ich wyposażyć w wiedzę oraz umiejętności przydatne we wspieraniu rówieśników doświadczających kryzysu suicydalnego.

Opis pochodzi od wydawcy.

2. **Człowiek w obliczu nieznanego : psychiatrzy i pacjenci w dobie pandemii**

COVID-19 / redakcja naukowa Sławomir Murawiec, Tomasz M. Gondek. -

Toruń : Akapit Wydawnictwo Edukacyjne, 2020. - 183 s.

sygnatura M 170590

"Sytuacja lockdownu jest gigantycznym eksperymentem społecznym, o skutkach którego będziemy przekonywać się w ciągu najbliższych lat.

Pandemia jest wstrząsowym korygującym doświadczeniem poznawczym dla jednostek i społeczeństw. Jest też wstrząsem dla wielu gałęzi przemysłu i konstrukcji globalnej wioski. Książka w mojej ocenie ma przekaz pozytywny:

kryzys epoki może stać się początkiem nowego. Kryzys psychiczny związany z sytuacją covidowego dystresu, jak każdy kryzys, może rekompensować utrwalone strategie radzenia sobie z rzeczywistością, zarówno te

indywidualne, jak i społeczne i odsłaniać problemy, które zostały wcześniej stłumione, a teraz mogą być przepracowane i zintegrowane. Kryzys globalny staje się w ten sposób przyczynkiem do dezintegracji pozytywnej, z której

człowiek i ludzkość mogą wyjść wygranymi. Wszystko zależy od nas, czy będziemy potrafili nadawać pozytywny sens trudnym doświadczeniom i

przekuwać je w rozwój osobisty, oraz czy będziemy potrafili iść pod prąd i zło dobrem zwyciężać. Najtrudniejszy kryzys społeczny może prowadzić na dno rozpacz albo do odnalezienia siebie, swojej tożsamości, potrzeby relacji i

docenienia zwykłej obecności drugiego człowieka w par-ku, w sklepie czy też lekarza w poradni. Gratuluję autorom szybkiej reakcji w dostrzeżeniu szerokiej gamy problemów, związanych z pandemią COVID-19, jednym z największych kryzysów społecznych XXI wieku." prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Marek

Krzystanek

Opis pochodzi od wydawcy.

3. **Czasem czuję mocniej : rozmowy o wychodzeniu z kryzysu psychicznego** / Agnieszka Jucewicz. - Kraków : Znak Litera Nova, 2022. – 377 s.

sygnatura M 174665

(...) W szczerych, intymnych rozmowach z Agnieszką Jucewicz bohaterki i bohaterowie tej książki – wśród nich m.in. medalista olimpijski Marek Plawgo, dziennikarka Małgorzata Serafin, artysta i aktywista Paweł Żukowski oraz znana dietetyczka Katarzyna Błażejewska-Stuhr – opowiadają o swoim doświadczeniu kryzysu psychicznego. Otwarcie mówią o tym, jak diagnoza zmieniła ich życie. Jak – czasem wbrew wszystkiemu – żyją, pracują i budują relacje. I z jakimi wyzwaniami i wyobrażeniami o swoich chorobach muszą się mierzyć. To książka, dzięki której każdy, kto boryka się z problemami psychicznymi, poczuje, że nie jest sam. Ten, kto choruje, ale boi się stygmatyzacji, odkryje w sobie odwagę potrzebną do podjęcia leczenia. Bliscy osób w kryzysie psychicznym dowiedzą się, jak wspierać zmagających się z depresją, uzależnieniami, napadami lęku panicznego, stresem pourazowym, schizofrenią, zaburzeniami odżywiania lub chorobą afektywną dwubiegunową. A ten, komu temat zdrowia psychicznego był dotąd obcy, będzie mógł skonfrontować się z własnymi lękami i uprzedzeniami. (...)

Opis pochodzi od wydawcy

4. **Dostrzeganie zagrożeń drogą do zmiany** / redakcja naukowa Katarzyna Popiołek. - Warszawa : Difin, 2021. - 217 s.

sygnatura M 172439 - M 172440

(...) Wielu zagrożeniom towarzyszą odmienne reakcje grup, które zostały o tych zagrożeniach poinformowane. Jedne z nich, mając świadomość powszechnie istniejących zagrożeń, starają się im przeciwdziałać lub minimalizować ich skutki, inne zaś, ujmując je wąsko z własnej jednostkowej perspektywy, minimalizują ich znaczenie i wykazują tym samym brak społecznej wrażliwości. Dobrym przykładem jest sytuacja pandemii, w której to mimo sprawdzonych naukowo faktów, wielu ludzi bagatelizuje skutki koronawirusa lub wręcz neguje jego istnienie, równocześnie nie akceptując proponowanych środków zaradczych, skierowanych na ratowanie zdrowia ludzkości. (...). Wskazywanie istniejących w naszym świecie społecznych zagrożeń, zwracanie uwagi na ich skutki jest próbą zwiększenia społecznej wrażliwości, a równocześnie zadaniem nieustannie stojącym przed psychologami, socjologami, pedagogami. Oddawany obecnie Czytelnikom tom ma wyostrzyć nasze spojrzenie na to, co dzieje się wokół i pobudzić do głębszej refleksji, która może otwierać drogę do zmian.

Opis pochodzi od wydawcy.

5. **Emocjonalne dziedzictwo : terapeutka, pacjenci i spuścizna traumy** / dr Galit Atlas ; przekład: Piotr Cieślak. - Warszawa : Wydawnictwo Czarna Owca, 2023. - 245 s.

sygnatura M 174038

Żyją w nas ludzie, których kochamy i którzy nas wychowywali. Doświadczamy ich emocjonalnego cierpienia i śnimy ich wspomnienia, a wszystko to kształtuje nasze życie w nie zawsze uświadomiony sposób. Książka "Dziedzictwo emocjonalne" opowiada o rodzinnych sekretach, które prześladowają nas niczym upiory przeszłości i nie pozwalają nam żyć pełnią życia oraz przyczyniają się do powstawania przepaści między tym, czego pragniemy, a tym, co możemy osiągnąć. Dr Galit Atlas łączy historie swych pacjentów, własne doświadczenia oraz dziesięciolecia badań, by pomóc nam odszukać zależności między życiowymi problemami a emocjonalnym dziedzictwem, które dźwiga każdy z nas. Tylko dzięki podążaniu śladami duchów przeszłości możemy zmienić nasze przeznaczenie. (...)
Opis pochodzi od wydawcy.

6. **Gdy bliska osoba ma myśli samobójcze : jak ją zrozumieć i wesprzeć oraz jak zadbać o siebie** / Stacey Freedenthal ; przekład: Ilona Jurkiewicz-Buchała. - Sopot : GWP, 2024. - 200 s.

sygnatura M 176430

(...) Autorka przygląda się tematowi z niemal każdej możliwej perspektywy: osoby kochającej kogoś, kto ma myśli samobójcze, terapeuty pomagającego klientom ze skłonnościami samobójczymi, rodzica dziecka myślącego o odebraniu sobie życia, a także kogoś, kto ma za sobą próbę samobójczą. Dzięki tak wszechstronnemu ujęciu zrozumiesz, co się dzieje w umyśle bliskiej ci osoby, a dzięki jasnym i praktycznym poradom będziesz wiedzieć, jak ją wesprzeć i jej pomóc, zarazem dbając o swój dobrostan. To trudne, gdy bliska osoba ma myśli samobójcze. Dzięki tej książce: zrozumiesz, co się dzieje w jej umyśle; poznasz sposoby, by jej pomóc; nauczysz się empatycznej i uważnej komunikacji; dowiesz się, jak rozwiązywać konflikty; stworzysz plan bezpieczeństwa, zanim dojdzie do tragedii; poradzisz sobie z poczuciem winy; zadbasz o siebie.

Opis pochodzi od wydawcy.

7. **Interwencja kryzysowa : pomoc w kryzysach psychologicznych** / Dorota Kubacka-Jasiecka. - Warszawa : Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, 2010. - 657s.

sygnatura M 151999 - M 152000, M2 24908, M2 25538

Zamierzeniem redaktorek monografii było przybliżenie Czytelnikom narodzin i rozwoju powojennej stosowanej psychologii klinicznej, jak również jednej z jej najmłodszych dziedzin-psychologii kryzysu i interwencji kryzysowej.

Prezentowane opracowania ukazują badania naukowe psychologii kryzysu, jak i strategie działań interwencyjnych wobec nowych rodzajów zjawisk

kryzysowych oraz stanów traumatycznych będących konsekwencją wyzwań współczesności. Ostatnie opracowania w monografii wprowadzają w problematykę społecznych oczekiwań wobec psychologicznych działań interwencyjnych, nieuchronnie powiązanych z zaangażowaniem ideologiczno-politycznym. Tak rozumiana, niełatwa, rodząca liczne dylematy współczesna droga interwencji kryzysowej zdaje równocześnie otwierać nowe, szerokie perspektywy przyszłości przed psychologią i psychologami. Dorota Kubacka-Jasiecka Małgorzata Kuleta-Krzyszkowiak
Opis pochodzi od wydawcy.

8. **Jak dbać o siebie w kryzysie? : poradnik nie tylko na czas globalnej pandemii** / Małgorzata Taraszkiewicz, Zofia Nalepa. - Poznań : Święty Wojciech Wydawnictwo, 2020. – 115 s.

sygnatura M 169638 - M 169639

W poradniku omówione zostały różne rodzaje sytuacji kryzysowych, ze szczególnym uwzględnieniem aktualnie doświadczanego kryzysu epidemiologicznego, z omówieniem faz rozwoju kryzysu. Publikacja wskazuje na różne formy i możliwości troski o własne bezpieczeństwo emocjonalne i psychiczne oraz zasady działania w sytuacjach kryzysowych. Poradnik opisuje podstawowe zasady zachowania się w sytuacjach kryzysowych – jak organizować codzienne życie, jak stabilizować sytuację, aby ponoszone koszty psychiczne były jak najmniejsze. Dodatkowo publikacja zawiera pakiet działań i ćwiczeń, które wzmacniają siłę i odporność psychiczną, obniżają napięcie, stres, lęk i stanowią profilaktykę obciążenia traumatyzującego. (...) Opracowana przez psychologa i ekspertkę - autorkę wielu publikacji dot. zdrowia psychicznego Niezwykle potrzebne treści dla każdego człowieka w czasach niepewności i zagrożenia, szczególnie w okresie pandemii- sytuacji życiowo nowej, na skutki której nie jesteśmy przygotowani Z poradnika dowiemy się, jak budować codzienną siłę i odporność psychiczną, jak stabilizować sytuację zagrożenia, w której się znaleźliśmy Dodatkowo publikacja zawiera zestaw ćwiczeń, które wzmacniają siłę i odporność psychiczną i obniżają napięcie, stres, lęk Poradnik stanowi profilaktykę obciążenia traumatyzującego. Poradnik może przydać się w różnych sytuacjach kryzysowych. (...)

Opis pochodzi od wydawcy.

9. **Jak przezwyciężyć życiowy kryzys : odzyskaj wiarę w siebie, odkryj miłość na nowo, spełniaj swoje marzenia, nadaj życiu sens** / Alan Downs ; przekład: Ewa Zaremba-Popławska. - Wyd. 2. - Gdańsk : Gdańskie Wydaw. Psychologiczne, 2007. – 223 s.

sygnatura M 147311

Wszyscy ludzie doświadczają kryzysów. Dzięki tej książce możesz się dowiedzieć, jak sobie z tym radzić. Odkrycie, co jest twoją pasją, i realizowanie jej zmieni cię na zawsze. Jeśli chcesz spełnić się w życiu, twoim

celem musi być realizacja pasji, a nie posiadanie największej sumy na koncie.
Opis pochodzi od wydawcy.

10. Jak wspierać dzieci w kryzysie? : poradnik dla rodziców nie tylko na czas globalnej pandemii / Małgorzata Taraszkiewicz, Zofia Nalepa. - Poznań : Święty Wojciech wydawnictwo, 2020. – 109 s.

sygnatura M 170444 - M 170445

(...) W poradniku omówione zostały różne rodzaje sytuacji kryzysowych, ze szczególnym uwzględnieniem aktualnie doświadczanego kryzysu epidemiologicznego z omówieniem faz rozwoju kryzysu. Przedstawione zostały różne formy i możliwości udzielania emocjonalnego wsparcia w wyjaśnianiu co się dzieje, łagodzeniu lęku i zapobieganiu atakom paniki. Omówione zostały podstawowe zasady zachowania się rodziców (opiekunów dziecka) w sytuacjach kryzysowych – jak organizować codzienne życie, jak stabilizować sytuację, aby ponoszone przez dziecko koszty psychiczne były jak najmniejsze. Dodatkowo publikacja zawiera zestaw działań, zabaw, ćwiczeń, które wzmacniają siłę i odporność psychiczną dzieci, obniżają napięcie, stres, lęk i stanowią profilaktykę obciążenia traumatyzującego. [...] Opis pochodzi od wydawcy.

11. Kryzys, interwencja i pomoc psychologiczna : nowe ujęcia i możliwości / red. Dorota Kubacka-Jasiecka ; Uniwersytet Jagielloński. Instytut Psychologii Stosowanej. - Toruń : Wydaw. Adam Marszałek, 2004. - 319 s.

sygnatura M 143733

"Przygotowania tej publikacji podjęliśmy się w przekonaniu, że prezentuje ona nieco inne, nowe podejście do problematyki kryzysu, a szczególnie pomocy psychologicznej w kryzysie. Oferuje spojrzenie z perspektywy kryzysu na różne sytuacje stresowe, poszerza i wzbogaca klasyczną ofertę oddziaływań interwencyjnych". z przedmowy redakcji " (...) praca stanowi niewątpliwie wzbogacenie dorobku psychologicznego poświęconego problematyce kryzysów oraz pomocy psychologicznej. Zwłaszcza ostatnia część może być niezwykle przydatna w praktyce osób zajmujących się pomaganiem innym ludziom. Przedstawioną publikację uważam za twórczą i wartą upowszechnienia". Fragment recenzji prof. Zygryda Juczyńskiego
"Reasumując wyrażam opinie, iż recenzowana monografia pt. Kryzys, interwencja i pomoc psychologiczna. Nowe ujęcia i możliwości pod redakcją Doroty Kubackiej-Jasieckiej i Krzysztofa Mudynia stanowi nadzwyczaj ważne i wartościowe przedsięwzięcie wydawnicze. Poszerza bowiem istotnie wiedzę o istocie i mechanizmach kryzysu emocjonalnego oraz o zasadach interwencji i udzielania pomocy psychologicznej". Fragment recenzji prof. Józefa K. Gierowskiego z recenzji prof. Józefa K. Gierowskiego

12. Kryzys psychiczny : odzyskiwanie zdrowia, wsparcie społeczne, praca socjalna / Paweł Bronowski, Hubert Kaszyński, Olga Maciejewska. -

Warszawa : Difin, 2019. - 151 s.
sygnatura M 168461 - M 168462

Książka w przystępny sposób przedstawia: podstawowe zagadnienia definiujące zdrowie psychiczne, zaburzenia psychiczne oraz choroby psychiczne (w tym charakterystykę wybranych jednostek chorobowych, zgodnie z klasyfikacją ICD-10), opis funkcji, celów i zadań pracowników socjalnych oraz innych profesjonalistów społecznych w pracy z osobami chorującymi psychicznie i ich rodzinami, syntetyczną charakterystykę instytucji leczenia, terapii, rehabilitacji oraz wsparcia środowiskowego dla tej grupy osób potrzebujących, zasady pracy metodą indywidualnego przypadku, grupową, z rodziną, z sąsiedztwem oraz środowiskiem, opis dyskutowanych współcześnie w Polsce zagadnień z zakresu polityki ochrony zdrowia psychicznego, odnosząc je do podobnych kwestii w wybranych krajach Unii Europejskiej. Książka adresowana jest do pracowników socjalnych oraz innych profesjonalistów społecznych zajmujących się problematyką wsparcia dla osób chorujących psychicznie.
Opis pochodzi od wydawcy.

13. Kryzys psychiczny w nowoczesnym świecie / redakcja naukowa Łukasz Gawęda. - Warszawa : PWN : Instytut Psychologii. Polska Akademia Nauk, 2021. – 266 s.

sygnatura M 171748, M 171749

Ta książka jest próbą dyskusji wybranych aspektów problematyki zdrowia psychicznego w kontekście obserwowanych zmian zachodzących we współczesnym świecie. Autorzy wskazali, w jaki sposób takie procesy jak rozluźnienie więzi społecznych, wzrost poczucia osamotnienia, stopniowe zwiększanie się wpływu technologii na nasze codzienne funkcjonowanie, przyczyniają się do zmian w rozumieniu wybranych zaburzeń psychicznych oraz w jaki sposób mogą one zwiększać prawdopodobieństwo rozwoju niektórych zaburzeń. W poszczególnych rozdziałach zostały omówione zagadnienia, które mogą stanowić dobre tło do szerszej dyskusji związków zmian zachodzących w świecie z zaburzeniami psychicznymi.
Opis pochodzi od wydawcy.

14. Kryzys psychologiczny : wybrane zagadnienia / Barbara Pilecka. - Kraków : Wydaw. Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2004. - 220 s.

sygnatura M 143049 - M 143050, M 147163, M2 23937, M2 24819

Publikacja stanowi zbiór sześciu odrębnych studiów poświęconych zjawiskom, takim, jak: samobójstwo, zabójstwo, choroba terminalna, żal po stracie, gwałt oraz kryzys tożsamości związany z własną orientacją seksualną (homoseksualizm). Spoiwem wiążącym różne zagadnienia jest kryzys psychiczny. Autorka nie stroni również od nakreślenia propozycji terapeutycznych czy interwencyjnych.
Opis pochodzi od wydawcy.

15. Kryzys to nie koniec : odkryj w sobie siłę i rozpocznij życie na nowo /

Renata Myczka ; ilustracje: Magdalena Stachlewska. - Gliwice : Złote Myśli, 2018. - 155 s.

sygnatura M 167899

Kryzys emocjonalny (psychologiczny) dotyka każdego z nas na jakimś etapie naszego życia. Być może właśnie ty go obecnie doświadczasz, a może niedawno stał się on twoim udziałem. Rozwód, rozstanie, utrata pracy, żałoba, samotność, kłopoty ze zdrowiem, problemy finansowe, przejście na emeryturę, wypadek... to tylko jedne z nielicznych wydarzeń, które mogą wywołać u ciebie kryzys. Publikacja ta pozwoli tobie zmierzyć się z tym, co przeżywasz, poradzić sobie z bólem, odkryć w sobie siłę i dokonać przełomu w twoim funkcjonowaniu.

Opis pochodzi od wydawcy.

16. Kryzysy i ich przezwyciężanie : problemy interwencji i pomocy

psychologicznej / pod redakcją Doroty Kubackiej-Jasieckiej i Krzysztofa Mudynia. - Toruń : Wydawnictwo Adam Marszałek, 2014. - 265 s.

sygnatura M 160797

"Autorzy ukazują rolę i znaczenie interwencji w odniesieniu do różnych grup dotkniętych cierpieniem, zagubionych, wymagających pomocy, analizując równocześnie przyczyny stanu kryzysowego. (...) W płaszczyźnie teoretycznej Autorzy wnoszą wiele nowatorskich idei, a prezentowane treści prowadzą zawsze do wniosków cennych dla praktyki społecznej. Pozycja ta będzie przedmiotem zainteresowania nie tylko specjalistów skupiających się wokół zagadnień interwencji kryzysowej, ale także szerokiego grona przedstawicieli nauk społecznych i humanistycznych, jak również dojrzałych czytelników pochylających się nad problemami, z jakimi zmagają się współczesny człowiek".
Z recenzji prof. Katarzyny Popiołek

17. Mężczyzna na zakręcie / Jacek Masłowski, Magdalena Adaszewska. -

Warszawa : Prószyński i S-ka, 2025. - 271s.

sygnatura M 177309 - M 177310

Mężczyzna ma w sobie trzech rycerzy: czerwonego, białego i czarnego. Przechodzi kryzysy na różnych etapach życia: jako dziecko, nastolatek i młody dorosły. Najtrudniejszy kryzys przychodzi w fazie białego rycerza – i jest to kryzys wieku średniego. Ona widzi, że on nagle szuka nowości, przygląda się sobie w lustrze, zaczyna ćwiczyć, robi rewolucję w szafie, mówi o podróży dookoła świata i tęsknocie za studenckim życiem, narzeka na nudę i codzienną rutynę. On nie wie, co się z nim dzieje. Nagle uświadamia sobie, że to, co było dotąd, nie jest tym, czego oczekiwał. Nie mówi o swoich problemach, nie zdradza tajemnic, wstydy się emocji, bo przecież chłopaki nie płaczą. Są twardzi i ze wszystkim sobie radzą. Ten etap może się niestety zamienić w prawdziwy dramat, jeśli sprawy wymkną się spod kontroli. Ważne, by zgłosić się po fachową pomoc. "Książkę dedykujemy zarówno

mężczyznom, jak i kobietom, bo niezwykle istotne jest wsparcie ze strony bliskiej kochającej partnerki, która nie będzie wyśmiewać, tylko pomoże dostrzec w kryzysie szansę na przyjrzenie się własnemu życiu." "Kryzys nie musi być końcem – może być początkiem świadomego i autentycznego życia. A to pomoże w budowaniu dobrej relacji między kobietą i mężczyzną."

Opis pochodzi od wydawcy.

- 18. Myśli samobójcze : jak pokonać ból emocjonalny, odzyskać siłę i przywrócić życiu sens** / Kathryn Hope Gordon ; przekład: Sylwia Pikiel ; [redakcja merytoryczna: dr Artur Kołakowski]. - 2023. - Sopot : GWP, 2023. – 226 s.

sygnatura M 175384 - M 175385

(...) Poradnik przeprowadzi cię przez ważny proces. Będzie twoim przewodnikiem, pomagając ci znaleźć ulgę i rozwiązanie, gdy myśli samobójcze przejmą nad tobą kontrolę. Pomoże ci przejść kolejne etapy procesu zdrowienia, a także będzie źródłem wsparcia w mierzeniu się z trudnościami oraz w budowaniu takiego życia, jakiego pragniesz – życia, w którym jest więcej nadziei, radości i sensu. Książka opiera się na trzystopniowej teorii samobójstwa i technikach poznawczo-behawioralnych, które pomagają skutecznie radzić sobie z myślami samobójczymi. Znajdziesz w niej wiele praktycznych narzędzi i sprawdzonych strategii, aby przetrwać kryzys i odnaleźć nadzieję. (...)

Opis pochodzi od wydawcy.

- 19. Myśli samobójcze u nastolatków : jak pokonać ból emocjonalny, odzyskać siłę i przywrócić życiu sens** / Jeremy W. Pettit, Ryan M. Hill ; przekład: Sylwia Pikiel ; [redakcja merytoryczna: dr Artur Kołakowski]. - Sopot : GWP, 2023. - 181 s.

sygnatura M 175386 - M 175387

(...) Autorami tego poradnika są dwaj specjaliści w dziedzinie zdrowia psychicznego. Ich wiedza naukowa i ogromne doświadczenie w pracy z młodymi ludźmi gwarantują, że znajdziesz tu sprawdzone i skuteczne sposoby na przezwyciężenie myśli samobójczych. Poradnik bazuje na zasadach terapii poznawczo-behawioralnej, której skuteczność potwierdziły badania naukowe. Znajdziesz w nim także autentyczne historie nastolatków takich jak ty, którym udało się uwolnić od cierpienia, zbudować wartościowe życie i zaangażować w ważne dla nich działania dające im poczucie sensu. (...)

Opis pochodzi od wydawcy.

- 20. Nastolatek w kryzysie : karty terapeutyczne i karty pracy psychologiczno-pedagogicznej** / Agnieszka Lasota. - Warszawa : Difin, 2022. - Teka (60 kart) : ilustracje

sygnatura M 173458 - M 173459

We współczesnym świecie młody człowiek każdego dnia staje wobec sytuacji,

trudności, problemów czy wyzwań, które odciskają niejednokrotnie głębokie i bolesne na nim piętno. Słowem kluczem odzwierciedlającym taki stan jest słowo KRYZYS. Kryzys to zagrożenie, a radzenie sobie z kryzysem, to OTWARCIE SIĘ NA NOWE MOŻLIWOŚCI. Praca z kartami to wsparcie emocjonalne i instrumentalne. Daje możliwość bezpiecznego odreagowania negatywnych, trudnych emocji, pozwala na konfrontację młodego człowieka z rzeczywistością oraz na analizę dotychczasowych sposobów radzenia sobie z trudnościami. Materiały te mogą być pomocne w stworzeniu planu działania i pomocy nastolatkowi w kryzysie. Prezentowana teczka zawiera 55 kart: 11 kart kolorowych (pokazowych) o charakterze terapeutycznym, które można wykorzystać do pracy grupowej z uczniami, pobudzić młodzież do dyskusji, zastosować burzę mózgów, uświadomić młodym ludziom, jakie są odpowiednie postawy wobec depresji, żałoby czy przemocy. Pozostałe 44 karty to karty czarno-białe, służące do pracy indywidualnej każdego ucznia. Karty przeznaczone są dla uczniów w okresie adolescencji, czyli między 12. a 18. rokiem życia. Karty te można również wykorzystywać do pracy z osobami będącymi w różnym wieku (nawet w okresie dorosłości), dostosowując materiały zawarte w teczce do możliwości poznawczych i emocjonalnych osób, które chcemy wspierać w kryzysie. Karty podzielone zostały na kilka kategorii problemowych. Pierwsza część dotyczy wspierania nastolatków w sytuacjach kryzysowych: depresja, przemoc, cyberprzemoc, agresja, strata bliskiej osoby. Druga część dotyczy odkrywania pozytywnych zasobów: talenty, pragnienia, marzenia, cele w życiu oraz rozwijania zachowań prospołecznych: empatia, życzliwość, wdzięczność. Opis pochodzi od wydawcy.

21. Niemy krzyk : o samookaleczeniach dzieci i młodzieży / Stefano Vicar ; Szkoła Holden ; przekład: Zuzanna Krasnopolska. - Sopot : GWP, 2025. - 102 s.

sygnatura M 177943 - M 177944

Marta, Simone i Angela to bohaterowie tej książki, którzy pochodzą z różnych rodzin, są w innym wieku, prowadzą zupełnie inne życie, mają odmienne problemy. A jednak coś ich łączy – wszyscy zadają sobie ból fizyczny, aby uwolnić się od bólu emocjonalnego. W książce poznajemy historie trojga młodych ludzi, którzy się okaleczają, ponieważ nie znaleźli innego sposobu na wyrażenie swojego głębokiego, niemożliwego do opanowania cierpienia. Oni ranią się, by dać upust trudnym do zniesienia emocjom, by poczuć ulgę. I aby w ten dramatyczny sposób zawołać o pomoc. Historie bohaterów uzupełnia obszerny komentarz psychiatry dzieci i młodzieży. Specjalista odnosi się do każdego przypadku i omawia go z naukowego punktu widzenia – niezwykle przystępnym i zrozumiałym językiem. Przedstawia przyczyny samookaleczeń, sygnały ostrzegawcze, które powinny nas zaniepokoić, oraz zagrożenia, przede wszystkim jednak radzi, jak uniknąć tego problemu, a w razie potrzeby

– szybko interweniować. (...)
Opis pochodzi od wydawcy.

22. Od psychologii kryzysu do interwencji kryzysowej i środowiskowej : pamięci Marii Einhorn-Susułowskiej / redakcja Dorota Kubacka-Jasiecka, Małgorzata Kuleta-Krzyszkowiak. - Toruń : Wydawnictwo Adam Marszałek, 2021. - 434 s.

sygnatura M 174134

Zamierzeniem redaktorek monografii było przybliżenie Czytelnikom narodzin i rozwoju powojennej stosowanej psychologii klinicznej, jak również jednej z jej najmłodszych dziedzin-psychologii kryzysu i interwencji kryzysowej.

Prezentowane opracowania ukazują badania naukowe psychologii kryzysu, jak i strategie działań interwencyjnych wobec nowych rodzajów zjawisk kryzysowych oraz stanów traumatycznych będących konsekwencją wyzwań współczesności. Ostatnie opracowania w monografii wprowadzają w problematykę społecznych oczekiwań wobec psychologicznych działań interwencyjnych, nieuchronnie powiązanych z zaangażowaniem ideologiczno-politycznym. Tak rozumiana, niełatwa, rodząca liczne dylematy współczesna droga interwencji kryzysowej zdaje równocześnie otwierać nowe, szerokie perspektywy przyszłości przed psychologią i psychologami. Dorota Kubacka-Jasiecka Małgorzata Kuleta-Krzyszkowiak.

Opis pochodzi od wydawcy.

23. Pierwsza pomoc psychologiczna : jak wspierać osoby w kryzysie psychicznym ? / Ewelina Supińska. - Warszawa : PWN, 2024. - 147 s.

sygnatura M 176485

(...) O czym trzeba pamiętać, udzielając pierwszej pomocy psychologicznej? Jak rozpocząć, przeprowadzić i zakończy rozmowę wspierającą? Jakie są kluczowe narzędzia dobrej rozmowy wspierającej? Jak wspierać osoby z depresją, myślami samobójczymi, atakami paniki? Czego nie mówić, gdy chcemy wesprzeć osobę w kryzysie? Co robić, gdy pierwsza pomoc psychologiczna nie wystarcza? Jak dbać o własne zdrowie psychiczne? Ta książka jest przewodnikiem po pierwszej pomocy psychologicznej. To opowieść o tym, jak towarzyszyć innym, gdy borykają się z trudnościami ze zdrowiem psychicznym. Jak rozmawiać z nimi we wspierający sposób. Jak najlepiej okazać zrozumienie i troskę. Wreszcie, jak udzielić pomocy, by dodać im nadziei i siły do przezwyciężenia tych trudności. Pierwsza pomoc psychologiczna (PPP) to wsparcie udzielane osobom znajdującym się w kryzysie psychicznym. Można ją porównać do pierwszej pomocy przedmedycznej, z tym że skupia się na potrzebach emocjonalnych i psychicznych osoby. Tak rozumiana podstawowa pomoc psychologiczna nie wymaga specjalistycznej wiedzy ani ukończenia studiów związanych z obszarem zdrowia psychicznego. Każda osoba ma potencjał, by stać się ratownikiem/ratowniczką pierwszej pomocy psychologicznej, i odpowiednio do

tego przygotowana, jest w stanie takiej pomocy szybko i skutecznie udzielić. Z tekstu.

Opis pochodzi od wydawcy.

24. Po co światu psychoterapia / Bogdan de Barbaro. - Kraków : Mando inside, 2023. - 383 s.

sygnatura M 174006

Od stanu naszego umysłu zależy wszystko – nawet świat. Zakazy i nakazy, hałas i dziki pęd, brak czasu, by pobyć z samym sobą. Czy takie życie ma sens? Bez znajomości swojego wnętrza nie zrozumiemy bliskich, znajomych, współpracowników – świata w ogóle. I zacznie się lęk, który, choć bywa też przyjacielem, może zamienić się w najgorszego wroga. Czy żyć dobrze można się nauczyć? Jak rozmawiać ze sobą i z ludźmi wokół? Ile jest emocji i jak nad nimi zapanować? Do kiedy jest smutek, a od kiedy depresja? Gdy świat staje na głowie, może potrzebna jest mu psychoterapia? Profesor Bogdan de Barbaro, znany psychiatra i psychoterapeuta, bada, co dzieje się w ludzkiej psychice i na jakie niebezpieczeństwa naraża ją XXI wiek.

Opis pochodzi od wydawcy.

25. Prewencja ryzyka samobójstw wśród dzieci i młodzieży : skąd mieliśmy wiedzieć? / Agata Rudnik. - Warszawa : Difin, 2022. - 158 s.

sygnatura M 173734 - M 173735

Rozmawiając z bliskimi osób, które podjęły próbę samobójczą, nieraz można usłyszeć: "Skąd mieliśmy wiedzieć?". Co powinno nas niepokoić? Jakie są pierwsze oznaki tego, że dziecko przeżywa kryzys? Jak pomóc i gdzie szukać pomocy? W książce znajdziemy m.in. informacje dotyczące tego, jak aktywnie reagować i wspierać osobę w kryzysie oraz jak wygląda pomoc specjalistów. Dodatkowo uwzględnione zostały najnowsze wyzwania, z jakimi przychodzi nam się mierzyć, takie jak m.in. hejt w sieci, "rzeczywistość" mediów społecznościowych, świat w/po pandemii. Obserwujemy, słuchajmy, pytajmy..., aby wiedzieć.

Opis pochodzi od wydawcy.

26. Przecież ja nie zwariowałem : pierwszy kryzys psychiczny / redakcja F. Michael Stark. - Warszawa : Instytut Psychiatrii i Neurologii, 2002. - 224 s.

sygnatura M 146043

Celem, a może nawet posłaniem tej książki wydaje się oswojenie bezradnych z rzeczywistością choroby psychicznej. Bezradność jest w tej życiowej sytuacji nie tylko udziałem chorych, ale także ich bliskich. W sensie społecznym bezradnym może poczuć się każdy, komu przyjdzie spotkać osobę chorą lub zetknąć się z problemami spowodowanymi zachorowaniem. Z bezradności powstają zapewne społeczne stereotypy i społeczne uprzedzenia wobec chorych. Tymczasem ta książka próbuje pokonać bezradność- uczy rozumieć i doradza działania. Książka ma niewielką objętość, ale bogatą i zróżnicowaną

zawartość. Najpierw przedstawia kilka relacji autobiograficznych osób, które doświadczyły choroby psychicznej, następnie profesjonalne, niejedno-stronne spojrzenie na chorobę oraz na możliwości i potrzeby związane z różnorodnymi formami pomocy, a także uwagi na temat leczenia psychiatrycznego przyszłości. Autorami są pacjenci i wrażliwi społecznie profesjonaliści (psychiatrzy, psycholodzy, pedagodzy, pielęgniarki). Starają się pokazać społeczny i indywidualny aspekt choroby, a także sposoby radzenia sobie z nią - sposoby leczenia i udzielania pomocy chorym. Główny jej redaktor to prof. Stark, psychiatra społeczny i psycholog z Hamburga, o uznanej pozycji międzynarodowej, dobrze znany także w Polsce. Książka może znaleźć odbiorców wśród profesjonalistów, wśród chorych i ich rodzin, a także innych osób dobrej woli, które są zainteresowane problemami chorych psychicznie i ich miejscem wśród nas.

Opis pochodzi od wydawcy.

27. Psychoza : umysł na granicy światów / Stijn Vanheule; przekład: Dariusz Rossowski. - Kraków : Copernicus Center Pres, 2025. - 206 s.

sygnatura M 178000

Czym jest psychoza? Czy można zrozumieć, przez co przechodzi człowiek w takich chwilach? Jak to jest możliwe, by urojenia i halucynacje przejmowały władzę nad naszymi myślami? Jak nawiązać nić porozumienia z osobą odbierającą rzeczywistość w tak odmienny sposób? Epizod psychotyczny to kryzys, w którym świat wywraca się do góry nogami. Głosy, których nie słyszy nikt inny, przekazują szeptem dezorientujące wiadomości i zmuszają do robienia dziwnych rzeczy, ludzie wokół wydają podejrzanie, jakby kierowali się mrocznymi intencjami, na dodatek zaciera się granica między fantazją a rzeczywistością. To trudny okres – nie tylko dla osób w kryzysie, ale także dla ich otoczenia. Stijn Vanheule opowiada, w jaki sposób można rozumieć różne typy doświadczeń psychotycznych, skąd biorą się halucynacje i urojenia oraz jak analizować ich treść. Udziela także wskazówek, jak oswoić przeżycia psychotyczne dzięki właściwej komunikacji oraz jak wspierać zmagające się z nimi osoby. Jeśli kiedykolwiek istniała mapa pomagająca przechodzić przez doświadczenie psychozy, to jest nią właśnie ta książka.

Opis pochodzi od wydawcy.

28. Samobójstwo w optyce katolickiej / Adam Czabański, Andrzej Pryba. - Poznań : Wydawnictwo Naukowe UAM, 2022. - 111 s.

sygnatura M 174529

[...] W książce dość szczegółowo opisano zjawisko samobójstw w Polsce i na świecie, koncentrując się na konsekwencjach społecznych zjawiska. Opisano specyfikę samobójstw i zachowań samobójczych oraz ich druzgocące skutki wśród młodzieży, seniorów i kobiet. W książce odwołano się do skutków pandemii COVID-19, przedstawiając najnowsze dane z Komendy Głównej Policji. Przedstawiono także tematykę samobójstw w Biblii. Wiele miejsca

poświęcono ukazaniu podejścia Kościoła Rzymskokatolickiego do zjawiska samobójstw i do samobójców w historii. Zwrócono tu uwagę zwłaszcza na poglądy św. Augustyna i św. Tomasza z Akwinu, a także na ustalenia licznych soborów. W oddzielnym rozdziale poruszono temat samobójstw i samobójców we współczesnej wykładni Kościoła Rzymskokatolickiego, odnosząc się do dokumentów Soboru Watykańskiego II i późniejszych. W książce przedstawiono także współczesną praktykę duszpasterską stosowaną wobec samobójców i ich rodzin.

Opis pochodzi od wydawcy.

- 29. Socjalna : w spirali przemocy, biedy i zaburzeń psychicznych /** Karolina Wasilewska. - Łódź : Feeria Wydawnictwo, 2025. - 350 s.
sygnatura M 178285

Historie, które przeczytasz w tej książce, wydarzyły się naprawdę. To Polska od podszewki – brutalna, wzruszająca, prawdziwa i pozbawiona wszelkich złudzeń. Niemal codziennie mijasz ich na ulicy: bezdomnych, ofiary przemocy, samotnych emerytów, osoby chore psychicznie, dzieci wychowywane w domach, w których miłość przegrywa z alkoholem i strachem. Pewnie od niektórych szybko odwracasz wzrok, a inni są dla ciebie niezauważalni. Ona nie tylko, nie schodzi im z drogi, ale też mierzy się z ich trudnościami każdego dnia. Nazywają ją socjalną. Każda tragedia, każde zaniedbanie i każda trudna decyzja opisane w tej książce to wycinek rzeczywistości, której nie zobaczysz w reklamach ani na Instagramie. Socjalna nie ocenia, nie moralizuje.

Pokazuje, jak wygląda życie, gdy system zawodzi, a człowiek zostaje sam ze swoimi problemami. Jeśli myślisz, że wiesz, czym jest pomoc społeczna – przeczytaj tę książkę. Jeśli nigdy nie musiałeś się nad tym zastanawiać – przeczytaj ją tym bardziej. [...]

Opis pochodzi od wydawcy.

- 30. Stosowanie przymusu wobec osób w kryzysie psychicznym /** Błażej Kmiecik. - Warszawa : Difin, 2022. – 283 s.

Książka przybliża temat przymusu bezpośredniego wykorzystywanego w celach terapeutycznych w medycynie i psychiatrii. Autor, mający wieloletnią praktykę w zakresie opisywanej tematyki z racji zatrudnienia na stanowisku rzecznika praw pacjenta szpitala psychiatrycznego, opisuje zagadnienie z licznych perspektyw. Ponadto, uzupełnienie rozważań prawnych o dostępne w dziełach filmowych i literackich opisy zaburzeń nadaje książce żywości i barwności nieczęsto spotykanych w literaturze prawniczej. Będą one stanowiły dodatkowy walor dla osób z wykształceniem prawniczym często niemających możliwości obcowania z fenomenologią zaburzeń psychicznych stanowiącą jednakże codzienność dla lekarzy-praktyków oraz pacjentów i ich rodzin.

Książkę należy uznać za praktyczne kompendium wiedzy dla wszystkich stron zaangażowanych w postępowanie w kwestiach przymusu w medycynie, tj. lekarzy, w tym psychiatrów, prawników oraz pacjentów i ich rodzin. Będzie ona

dla nich niezastąpioną pomocą.
Opis pochodzi od wydawcy.

- 31. Szczęśliwe i silne dziecko : jak uchronić dzieci przed kryzysami psychicznymi** / Monika Szubrycht. - Kraków : Mando, 2022. - 303 s.
sygnatura M 174414 - M 174415

To, że jesteśmy mniej, nie oznacza, że nasze problemy również takie są. Dzieci. Doświadczają odrzucenia, chorują na depresję, zaburzenia lękowe, samookaleczają się, targają się na własne życie. One równie mocno, co dorośli, doświadczają kryzysów psychicznych. Codzienny lęk, poczucie niezrozumienia, presja ze strony otoczenia sprawiają, że boją się mówić o tym głośno. Dlatego bardzo ważne jest, aby dorośli zadbali o zdrowie psychiczne najmłodszych oraz nastolatków. Co zrobić, żeby uchronić własne dziecko przed kryzysami psychicznymi? Jak wychować je na silnego, odpornego na trudne sytuacje człowieka? Jak sprawić, by było szczęśliwe? Gdzie udać się po pomoc, gdy zauważymy niepokojące zachowania? Monika Szubrycht, neurologopedka i dziennikarka zaprosiła do rozmowy jedenastu wybitnych specjalistów - pedagogów, psychoterapeutów, psychiatrów, seksuologów - by odpowiedzieli nam, jak stworzyć dla dziecka bezpieczny i dający siłę dom, oraz jak radzić sobie z ewentualnymi kryzysami. By pokazać, że ani rodzice, ani dzieci nie są ze swoimi problemami sami.

Opis pochodzi od wydawcy.

- 32. Terapia stanów pogranicza : lecząca moc wyobraźni** / Zenon Waldemar Dudek. - Warszawa : Eneteia Wydawnictwo Szkolenia, 2019. - 170 s.
sygnatura M 167138

Książka prezentuje kulturowy model problemów i zaburzeń psychicznych. W tym modelu objawy psychiatryczne to przejawy psychicznego kryzysu na drodze do dorosłej świadomości i tożsamości. Publikacja przedstawia kwestie normy psychicznej, stany granicznej wyobraźni, obraz kliniczny osobowości borderline, omawia stan kryzysowy epoki technologicznej. Jest adresowana do psychologów, psychoterapeutów, lekarzy, nauczycieli, doradców, trenerów i osób szukających zrozumienia problemów własnych oraz występujących w otoczeniu rodzinnym, zawodowym i kulturowym. Zdrowa wyobraźnia uczy rozumienia życia psychicznego jako pełni. Rozwija zdolność postrzegania siebie i świata jako uporządkowanej jedności w czasie, przestrzeni i działaniu. Dla uchwycenia jedności niezbędną jest postawa kreatywna, dynamiczna, która uwzględnia proces zmiany, kryzys, nadzieję.

Opis pochodzi od wydawcy.

- 33. To nie smutek, to depresja : poradnik dla rodziców nastolatków w kryzysie** / Monika Kotlarek. - Gliwice : Helion S.A., 2023. - 136 s.
sygnatura M 176584 - M 176585

(...) Okres dojrzewania to w życiu młodego człowieka niezwykle trudny czas.

Zmiany zachodzące w ciele i psychice, zawieszenie między już-nie-dzieciństwem a jeszcze-nie-dorosłością, poczucie niezrozumienia — to tylko wybrane czynniki stojące za nastoletnim buntem. Buntem, za który często brana jest depresja. Łatwo bowiem potraktować jej objawy jako zwykajne rozdrażnienie. Dla nastolatków najmniejsza porażka nierzadko oznacza koniec świata, brak im umiejętności patrzenia na rzeczywistość z innej perspektywy — trudno więc czasem zauważyć, kiedy naturalna w tym wieku skłonność do izolacji przeradza się w coś o wiele groźniejszego. Tymczasem badania dowodzą, że na depresję chorują już kilkulatki, wśród nastolatków natomiast dotkniętych nią jest około czterech procent, a objawy depresyjne wykazuje nawet co piąty. Tym ważniejsze jest odpowiednio wczesne rozpoznanie choroby i rozpoczęcie leczenia. Bez specjalistycznej pomocy nie jesteśmy w stanie odpowiedzieć na pytanie: czy moje dziecko ma depresję? (...)
Opis pochodzi od wydawcy.

34. To też przeminie : historie o zmianach, kryzysach i nowych początkach /

Julia Samuel ; przekład: Grażyna Woźniak. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2025. - 506 s.

sygnatura M 178105

(...) W książce To też przeminie uznana psychoterapeutka Julia Samuel udowadnia, że jesteśmy w stanie nie tylko przetrwać najtrudniejsze doświadczenia, lecz także rozwijać się dzięki nim. Opisuje między innymi historię ojca mierzącego się z diagnozą poważnej choroby, mężczyzny próbującego odnaleźć się po coming oucie oraz kobiety, która po utracie pracy zaczyna wszystko od nowa. To też przeminie. Historie o zmianach, kryzysach i nowych początkach to przewodnik dla wszystkich, którzy stoją przed ważną decyzją, doświadczają kryzysu lub odczuwają lęk przed zmianą. Julia Samuel z dużą empatią i zrozumieniem przeprowadza nas przez ten wymagający proces, a poruszające opowieści, które przytacza, pozwalają nam lepiej zrozumieć siebie i nasze własne reakcje na życiowe trudności.

Opis pochodzi od wydawcy.

35. W sieci kryzysu : od hejtu do samobójstw : jak szkoła może pomóc

młodemu? / Małgorzata Celuch, Marzenna Czarnocka, Bożena Małkowska-Baranowska, Edyta Palicka, Natali Perek, Julia Przybył, Agata Staroń, Agnieszka Stebelska, Bożena Winczewska ; redaktor: Agnieszka Stebelska. - Warszawa : Wiedza i Praktyka sp. z o.o., 2025. - 214 s.

sygnatura M 177510 - M 177511

Zawiera m. in.: Rozdział I. Sytuacje kryzysowe i traumatyczne, zaburzenia emocjonalne. Uczniowie w sytuacji kryzysowej lub traumatycznej, próby samobójcze - zadania szkoły, procedury postępowania. Zrozumieć małego Robinsona - warsztat dla nauczycieli pracujących z dziećmi z traumą porzucenia. Wpływ zaburzeń emocjonalnych na obniżenie poziomu funkcji

poznawczych u uczniów. Radzenie sobie z trudnymi emocjami. Scenariusz zajęć dla uczniów klas I-III szkoły podstawowej.

36. Współczesność - czas psychospołecznych kryzysów tożsamości : perspektywy indywidualnej i środowiskowej interwencji kryzysowej / Dorota Kubacka-Jasiecka. - Toruń : Wydawnictwo Adam Marszałek, 2025. - 365 s.

sygnatura M 178106

Monografia Doroty Kubackiej-Jasieckiej nawiązuje do jej dotychczasowego dorobku naukowego dotyczącego problematyki kryzysu emocjonalnego i interwencji kryzysowej prowadzonych od lat 90. XX wieku. Autorka (...) wykracza poza obszary pomocy psychologicznej i wsparcia psychologicznego ku działaniu na rzecz dobra, nie tylko jednostki, lecz także środowiska (...), inicjowania zarówno zmian indywidualnych, osobistych, jak i przemian społeczno-politycznych. (...) Zdaniem autorki działalność interwencyjna powinna brać pod uwagę (...) również oczekiwania społeczne. (...) Wy-mienia specyficzne cele interwencji kryzysowej, a mianowicie: ponoszenie odpowiedzialności (również za innych) oraz podejmowanie działań na rzecz życia i zdrowia społeczności. Interwencja kryzysowa (...) kieruje się szczytnymi hasłami i wartościami: sprawiedliwością, tolerancją społeczną, poszanowaniem dla praw człowieka i demokracji. Powiązana jest z edukowaniem społeczeństwa i zmierza do wzrostu zaangażowania obywatelskiego młodego pokolenia. Fragment recenzji dr hab. Barbary Pileckiej, prof. em. UJ

ARTYKUŁY Z CZASOPISM

1. **Bibliotekarz w świecie polikryzysu : jak zadbać o dobrostan?** / Joanna Chapska // Bibliotekarz. - 2025, nr 5, s. 4-8
2. **Biblioterapia stymulatorem aktywności w sytuacjach kryzysowych** / Wanda Matras-Mastalerz // Biblioteka w Szkole : czasopismo pracowników bibliotek oświatowych. - 2022, nr 10, s. 6-7
3. **Co może nas wspierać w niespokojnych czasach?** / Magdalena Muracka-Tylko // Charaktery : magazyn psychologiczny dla każdego. - 2025, nr 3/4, s. 74-77
4. **Depresja dzieci i młodzieży** / Ewelina Prędko-Pawlun // Remedium : miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień. - 2023, nr 7-8, s. 43-44

5. **Depresja klimatyczna : reakcja na ból świata** / Dominika Zaremba //
Charaktery : magazyn psychologiczny dla każdego. - 2025, nr 5/6, s. [68]-71
6. **Gdyby depresja miała twarz, byłaby licealistką** / Sylwia Pawłowska //
Remedium : miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień. - 2023, nr 5, s. 8-11
7. **Hostel przy ul. Złotej - bezpieczne miejsce wychodzenie z kryzysu zdrowia psychicznego** / Agata Jabłonowska-Turkiewicz // Remedium. - 2024, nr 9, s. 4-6
8. **Jak rozmawiać z uczniami i rodzicami o emocjach dzieci i młodzieży w kryzysie?** / z Barbarą ChudziCKą rozmawia Hanna Drzewiecka-Krawczyk //
Meritum : kwartalnik Mazowieckiego Samorządowego Centrum Doskonalenia Nauczycieli. - 2024, nr 1, s. 62-66
9. **Kondycja psychiczna dzieci i młodzieży** / Wiktoria Sudoł // Remedium :
miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień. - 2023, nr 7-8, s. 41-43
10. **Kryzys psychiczny w rodzinie** / Joanna Strzałko // Charaktery : magazyn psychologiczny dla każdego. - 2021, nr 11, s. 44-48
11. **Niczym Feniks z popiołów : jak odzyskać energię po wypaleniu zawodowym?** / Danuta Rocławska // Charaktery : magazyn psychologiczny dla każdego. - 2024, nr 7-8, s. 68-72
12. **O tym, jak się odnaleźć : jak kształtować odporność psychiczną?** / Sabina Sadecka // Charaktery. - 2022/2023, nr 12-1, s. [16-21]
13. **Pokolenie porównań i tysięcy wyborów, czyli Kryzys i przełomy współczesnych trzydziestolatków** / Joanna Chmura // Charaktery : magazyn psychologiczny dla każdego. - 2025, nr 3/4, s. 12-16
14. **Pomoc uczniowi w kryzysie** / Kamila Lenkiewicz, Tomasz Rowiński //
Dyrektor Szkoły : miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2022, nr 2, dod. Niezbędnik Dyrektora Szkoły, s. 76-79
15. **Pomoc w kryzysie** / Tomasz Garstka. - (Akademia Rozwoju Szkoły) //
Dyrektor Szkoły : miesięcznik kierowniczej kadry oświatowej. - 2022, nr 5, dod. Niezbędnik Dyrektora Szkoły, s. 31-35
16. **Profilaktyczny potencjał szkół : jak nawigować, by wspierać dzieci, młodzież i samych dorosłych w świecie kryzysów, niepewności i ciągłych nieuniknionych zmian?** / dr Maja Łoś // Meritum : kwartalnik

Mazowieckiego Samorządowego Centrum Doskonalenia Nauczycieli. - 2024, nr 1, s. 2-11

17. **Profilaktyka zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży : współczesne wyzwania : triada kryzysu psychicznego (samotność, niska samoocena, niskie poczucie sprawczości) i jej skutki** / Justyna Żukowska-Gołębiowska // Meritum : kwartalnik Mazowieckiego Samorządowego Centrum Doskonalenia Nauczycieli. - 2025, nr 1/2, s. 44-52
18. **Przesłanie na trudne czasy** / Piotr K. Oleś // Charaktery : magazyn psychologiczny dla każdego. - 2022, nr 5, s. 58-59
19. **Raport o macierzyństwie w Europie : matki w cichym kryzysie zdrowia psychicznego** / Karolina Andrian, Tatiana Wieczorek // Charaktery : magazyn psychologiczny dla każdego. - 2025, nr 11/12, s. 58-61
20. **Teatr Kryzys, czyli o tym, jak pasja pomaga w zdrowieniu** / Katarzyna Parzuchowska-Tercz. Rozm. przepr. Agata Jabłonowska-Turkiewicz // Remedium. - 2025, nr 2 (374), s. 4-7
21. **Wobec doświadczenia kryzysu** / Marek Błaszczuk // Remedium : miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień. - 2023, nr 5, s. 5-7
22. **Wobec doświadczenia kryzysu - fenomen nastawienia** / Marek Błaszczuk // Remedium : miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień. - 2023, nr 6, s. 13-15
23. **Zespół interwencji kryzysowej w szkole** / dr Marlena Stradomska // Życie Szkoły : edukacja wczesnoszkolna. - 2024, nr 2, s. 23-27
24. **Zmagania z kryzysem** / Katarzyna Gaździcka // Charaktery : magazyn psychologiczny dla każdego. - 2022, nr 6, s. 58-61
25. **Znaczenie kryzysu w drodze do sukcesu** / dr Marek Błaszczuk (Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu) // Remedium : miesięcznik poświęcony promocji zdrowego stylu życia i profilaktyce uzależnień. - 2023, nr 7-8, s. 8-10