

## **Wsparcie ucznia i nauczycieli w okresie pandemii-wydawnictwa, publikacje**

### **Wydawnictwa zwarte**

Co robić, gdy się martwisz : poradnik dla lękliwych dzieci / Dawn Huebner. Olsztyn : Wydawnictwo Levyz, 2018.

Co robić, gdy się złościysz : techniki zarządzania złością / Dawn Huebner. Olsztyn : Wydawnictwo Levyz, 2018.

Czarne fale : jak radzić sobie z depresją : poradnik dla młodzieży / Katarzyna Szaulińska, Daniel Chmielewski . Wydanie 2 . Warszawa: Fundacja III Kliniki Psychiatrii „Syntonia”, 2016. - komiks

Czy mam depresję i co mogę na to poradzić? : poradnik dla nastolatków / Shirley Reynolds i Monika Parkinson ; przeł. Grażyna Chamielec. Poznań: "Rebis", 2018.

Depresja i samobójstwa dzieci i młodzieży : żyć nie umierać - poradnik dla rodziców i nauczycieli / Joanna Chatizow. Warszawa: Difin, 2018.

DEPRESJA i samobójstwa dzieci i młodzieży : żyć nie umierać - poradnik dla rodziców i nauczycieli / Joanna Chatizow. Warszawa: Difin, 2018.

Depresja u dzieci i młodzieży : poradnik dla rodziców / Sylwia Walerych. Warszawa : "Wiedza i Praktyka", 2017.

Depresje u osób młodych : przyczyny, diagnoza, leczenie / pod red. Filipa Rybakowskiego. Warszawa: "Medical Education", 2018.

Jak lepiej myśleć : dla analizujących bez końca i wysoko wrażliwych / Christel Petitcollin. Łódź: Wydawnictwo JK - Feeria Wydawnictwo, 2019.

Jak mniej myśleć : dla analizujących bez końca i wysoko wrażliwych / Christel Petitcollin. Łódź: Feeria Wydawnictwo, 2019.

Mój czarny pies Depresja / Matthew Johnstone. - Poznań: Harbor Point Media Rodzina, copyright 2010.

Pomóż dziecku mniej myśleć : o wrażliwych dzieciach, które za bardzo się przejmują / Christel Petitcollin. Łódź: Feeria Wydawnictwo, 2020.

Sprawność emocjonalna / Susan David. Łódź : Feeria Wydawnictwo - Wydawnictwo JK, 2020.

Zaburzenia psychiczne i rozwojowe a szkolna rzeczywistość / red. nauk. Marta Jerzak. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, 2016.

Życie pod psem, który wabi się Depresja : jak opiekować się osobą dotkniętą depresją i nie zaniedbać własnych potrzeb / Matthew i Ainsley Johnstone. Poznań: Harbor Point Media Rodzina, copyright 2010.

## Artykuły

Depresja - nie oceniam, akceptuję / Aleksandra Kubala-Kulpińska.// *Głos Pedagogiczny*. - 2016, nr 5, s. 44-46

Depresja : choroba czy zaburzenie / Agata Szymczak.// *Monitor Dyrektora Szkoły*. - 2018, nr 5, s. 14-18

Depresja dzieci i młodzieży / Małgorzata Taraszkiewicz.// *Sygnal*. - 2018, nr 2, s. 44-47

Depresyjnym nastolatkom można pomóc. Cz. 1 / Sylwia Pawłowska.// *Remedium*. - 2018, nr 9, s. 10-11

Holistyczne podejście do ochrony zdrowia psychicznego w szkole / Małgorzata Łoskot // *Głos Pedagogiczny*. 2020, nr 119, s. 23-26.

Jak wspierać ucznia z objawami depresji? / Małgorzata Łaba.// *Świat Problemów*. - 2017, nr 2, s. 24-27

Najczęstsze zaburzenia zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży / Małgorzata Łoskot // *Głos Pedagogiczny*. 2020, nr 121, s. 28-31.

Poepidemiczne problemy zdrowia psychicznego uczniów / Małgorzata Łoskot // *Głos Pedagogiczny*. 2020, nr 119, s. 8-11.

Szkolny program ochrony zdrowia psychicznego uczniów. Część I. Diagnoza potrzeb i problemów szkolnej społeczności / Małgorzata Łoskot // *Głos Pedagogiczny*. 2021, nr 122, s. 31-34.

Szkolny program ochrony zdrowia psychicznego uczniów. Część II. Czynniki chroniące związane ze szkołą – klimat i kultura szkoły, rola nauczyciela / Małgorzata Łoskot // *Głos Pedagogiczny*. 2021, nr 122, s. 35-38.

Wsparcie ucznia z objawami depresyjnymi / Małgorzata Łaba.// *Świat Problemów*. - 2017, nr 1, s. 34-38

Zaburzenia depresyjne u dzieci i młodzieży / Małgorzata Kuśpit // *Remedium*. - 2016, nr 11, s. 1-5.

Zaburzenia depresyjne u dzieci i młodzieży / Małgorzata Kuśpit.// *Remedium*. - 2016, nr 11, s. 1-5

Zrozumieć smutek / Mieczysław Wojciechowski.// *Remedium*. - 2017, nr 6, s. 22-23

**E-CZYTELNIA Wrocławskiego Systemu Bibliotek Szkolnych – publikacje dostępne jako darmowe ebooki dla użytkowników [Wrocławskiego systemu bibliotek szkolnych](#) i [Wrocławskiej platformy Edukacyjnej \(e-czytelnia\)](#)**

Bo jesteś człowiekiem : żyć z depresją, ale nie w depresji / Ewa Woydyłło. – Kraków : Wydawnictwo Literackie, 2012.

Czy mam depresję i co mogę na to poradzić? : poradnik dla nastolatków / Shirley Reynolds, Monika Parkinson. - Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 2018.

Depresja nastolatków : jak ją rozpoznać, zrozumieć i pokonać / Konrad Ambroziak, Artur Kołakowski, Klaudia Siwek. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2018.

Depresja u nastolatka : poradnik dla rodziców / Shirley Reynolds, Monika Parkinson. - Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 2018.

Nastolatek a depresja : praktyczny poradnik dla rodziców i młodzieży / Konrad Ambroziak, Artur Kołakowski, Klaudia Siwek. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2018.

Samoregulacja w szkole : spokój, koncentracja i nauka / Stuart Shanker. – Warszawa : Wydawnictwo Mamina, 2019.

Self-Reg : jak pomóc dziecku (i sobie) nie dać się stresowi i żyć pełnią możliwości / Stuart Shanker, Teresa Barker. – Warszawa : Wydawnictwo Mamina, 2016.

W pułapce myśli : jak skutecznie poradzić sobie z depresją stresem i lękiem / Steven C. Hayes, Spencer Smith. Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2014.

W pułapce myśli - dla nastolatków : jak skutecznie poradzić sobie z depresją, stresem i lękiem / Louise Hayes, Ann Bailey i Joseph Ciarrochi. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2019.

## **Publikacje dostępne online**

[Edukacja w czasach pandemii wirusa COVID-19](#) : z dystansem o tym, co robimy obecnie

jako nauczyciele / redakcja naukowa Jacek Pyżalski. Warszawa: EduAkcja, 2020.

[Edukacja zdalna – co się stało z uczniami, ich rodzicami i nauczycielami?](#) / Grzegorz Ptaszek, Grzegorz D. Stunża, Jacek Pyżalski, Maciej Dębski, Magdalena Bigaj. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2020.

[Jak ćma –przejawy depresji w różnych okresach życia](#) / Anna Antosik-Wójcińska, Tadeusz Parnowski, Łukasz Świącicki. Warszawa : ITEM Publishing, 2012.

[Klimat i kultura szkoły a zdrowie psychiczne uczniów i nauczycieli](#) / Katarzyna Okulicz-Kozaryn. Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji, 2014.

[Nastoletnia depresja - materiały dla nauczyciela, rodzica i ucznia](#)

[Nastoletnia depresja : poradnik metodyczny ze scenariuszami zajęć dla nauczycieli szkół ponadpodstawowych oraz klas 7-8 szkół podstawowych](#). Materiał opracowany w ramach ogólnopolskiej kampanii społeczno-edukacyjnej Forum Przeciw Depresji.

[Nastoletnia depresja : poradnik dla rodziców](#). Warszawa 2018. Materiał opracowany w ramach ogólnopolskiej kampanii społeczno-edukacyjnej Forum Przeciw Depresji.

[Ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w szkole](#) / Joanna Szymańska. – Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji, 2014.

[One są wśród nas \(II seria\) \(ore.edu.pl\)](#)

[Zarządzanie emocjami : krok w stronę zdrowia psychicznego](#) / Marta Jankowska. Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji, 2020.

[Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży – materiały do pobrania – Ośrodek Rozwoju Edukacji \(ore.edu.pl\)](#)

[Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży – poradniki dla nauczycieli i rodziców](#)

[Wsparcie psychologiczne – Agnieszka Ratajczak-Mucharska](#)

## **Materiały audiowizualne**

[Życie z depresją](#)

["Smutek czy depresja? Trudne stany emocjonalne dzieci" - dr Magdalena Śniegulska - wykład](#)

[Wpływ pandemii na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży - Artur Gębka, Joanna Gutral - webinarium](#)

[Stres w czasach zarazy - jak pomóc sobie i bliskim? - nagranie z 24 marca 2020 r.](#)

Fundacja *Wychowanie w szacunku*, wywiad z Jowitą Wowczak

[Empatia w relacjach z uczniami online – nagranie z 15 marca 2020 r.](#)

## **Strony internetowe**

- [www.forumprzeciwdepresji.pl](http://www.forumprzeciwdepresji.pl)
- [www.depresja.org](http://www.depresja.org)
- [www.zobacznikam.pl](http://www.zobacznikam.pl)
- [www.zobaczjestem.pl](http://www.zobaczjestem.pl)
- [www.twarzedepresji.pl](http://www.twarzedepresji.pl)