



Oblicza depresji

(zestawienie bibliograficzne w wyborze książek i artykułów z czasopism ze zbiorów Biblioteki Pedagogicznej CEN w Suwałkach do 2026 roku)

Poszukując materiałów na ten temat zachęcamy do korzystania z katalogu OPAC WWW <http://bp.cen.suwalki.pl>

Wydawnictwa zwarte:

1. Aby dzieci były zdrowe, mądre i szczęśliwe : przewodnik dla rodziców, nauczycieli i wychowawców - jak pomagać dzieciom i młodzieży we współczesnych zagrożeniach : cyfrowe uzależnienia - depresja - zachowania samobójcze / Ewa Nieroba. - Wydanie I. - Częstochowa : Pomoc Wydawnictwo Misjonarzy Krwi Chrystusa, 2021.
Sygn.: 61763-wyp.
2. Depresja / Constance Hammen ; przekł. Małgorzata Trzebiatowska. - Gdańsk : Gdańskie Wydaw. Psychologiczne, 2004.
Sygn.: 61-czyt.
3. Depresja : jak pokonać śmiertelny smutek / Anna Duman. - Warszawa : Wydawnictwo RM, cop. 2021.
Sygn.: 61375-wyp.
4. Depresja : jak pomóc sobie i bliskim / Dorota Gromnicka. - Wydanie I poprawione. - Warszawa : Edgard, 2020.
Sygn.: 60836-wyp.
5. Depresja / Mary Jane Tacchi, Jan Scott ; tłumaczenie Joanna Witkowska ; redakcja naukowa Eleonora Bielawska-Batorowicz. - Wydanie I. - Łódź : Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, 2020.
Sygn.: 60837-wyp.
6. Depresja : poradnik dla przyjaciół i rodziny / Huub Buijssen ; przekład Paweł Kaźmierczak. - Wydanie drugie, poprawione i uzupełnione. - Kraków : Wydawnictwo WAM, cop. 2021.
Sygn.: 61373-wyp.
7. Depresja : próba duchowa? / opracowanie redakcyjne Monumen Sp. z o.o. - Poznań : Monumen, cop. 2019.
Sygn.: 60520-wyp.

8. Depresja / Sara M. Rosenthal ; przeł. [z ang.] Marcin Stopa. - Warszawa : Klub dla Ciebie, 2002.
Sygn.: 61574-wyp.
9. Depresja : terapia poznawczo-behawioralna dzieci i młodzieży / Chrissie Verduyn, Julia Rogers, Alison Wood ; przekład Mateusz Jastrzębski. - Wydanie pierwsze. - Warszawa : Difin, 2022.
Sygn.: 61805-wyp.
10. Depresja a społeczeństwo : przyczyny, diagnoza, leczenie / pod redakcją Tadeusza Parnowskiego ; [autorzy: Andrzej Kiejna, Katarzyna Broczek, Marta Makara-Studzińska, Zbigniew Wajda, Małgorzata Janas-Kozik, Tadeusz Parnowski]. - Warszawa : Medical Education Grupa Wydawnicza, 2019.
Sygn.: 61374-wyp.
11. Depresja i samobójstwa dzieci i młodzieży : żyć nie umierać : poradnik dla rodziców i nauczycieli / Joanna Chatizow. - Warszawa : Difin, 2018.
Sygn.: 60126-wyp.
12. Depresja nastolatków : jak ją rozpoznać, zrozumieć i pokonać / Konrad Ambroziak, Artur Kołakowski, Klaudia Siwek. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2018.
Sygn.: 59875-wyp.
13. Depresja u dzieci i młodzieży : jak chronić i pomóc / Anna Duman ; [ilustracje: Magdalena Betlej]. - Warszawa : Wydawnictwo RM, cop. 2023.
Sygn.: 62751-wyp.
14. Depresja u nastolatka : poradnik dla rodziców / Monika Parkinson, Shirley Reynolds ; przełożyła Grażyna Chamielec. - Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 2018.
Sygn.: 60358-wyp.
15. Depresja w pytaniach pacjentów i odpowiedziach eksperta / Łukasz Świącicki. - Wydanie I. - Warszawa : ITEM Publishing, 2020.
Sygn.: 60835-wyp.
16. Depresja wieku dorastania : zachowania rodziców jako czynnik ochronny lub czynnik ryzyka depresji u dorastających dzieci / Elżbieta Greszta. - Warszawa : „Academica”, 2006.
Sygn.: 61-czyt.
17. Dziesięć rzeczy, które warto wiedzieć na temat zdrowia psychicznego dzieci / dr Billy Garvey ; [przekład: Anna Czechowska]. - Warszawa : Maman, cop. 2025.
Sygn.: 63816-wyp.

18. Jak nie wpaść w depresję : 40 szkodliwych przesądów, które zatruwają nam życie / Arnold A. Lazarus, Clifford N. Lazarus, Allen Fay ; przekł. Jacek Bielas. - Kraków : Wydaw. WAM, 2005.
Sygn.: 50729-wyp.
19. Jak odzyskać siebie i utracone więzi : [wyjść z depresji i odnaleźć nadzieję] / [Johann Hari ; przekład Emilia Skowrońska]. - Wydanie I. - Łódź : Feeria Wydawnictwo - JK Wydawnictwo, 2020.
Sygn.: 60866-wyp.
20. Jak pomóc nastolatkom w walce ze stresem, lękiem i depresją? / Roy Petitfils ; przekład Laura Bigaj. - Wydanie I. - Kraków : eSPe, 2021.
Sygn.: 61072-wyp.
21. Jak pomóc osobie z depresją : porady psychiatry i opiekuna / Anna Bondyra, Daria Dubiel. - Wydanie I. - Warszawa : Wydawnictwo Medyk, 2023.
Sygn.: 62473-wyp.
22. Jak wydobyć się z depresji? / Sue Atkinson ; przeł. Józef Radzicki. - Wyd. 6. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2016.
Sygn.: 57462-wyp.
23. Jest ok : to dlaczego nie chcę żyć ? / Małgorzata Serafin, Marek Sekielski. - Warszawa : Wydawnictwo Agora, 2023.
Sygn.: 62475-wyp.
24. Męska depresja : jak rozbić pancerz / Krzysztof Krajewski-Siuda, Szymon Żyśko. - Kraków : Mando inside, cop. 2023.
Sygn.: 62997-wyp.
25. Mój smutasek czyli Jak nauczyć dzieci mądrego radzenia sobie ze smutkiem / Agnieszka Gąstoł, Aneta Jagier. - Wydanie pierwsze. - Warszawa : Difin, 2023.
Sygn.: 62616-wyp.
26. Mój ukochany syn / Amanda Prowse, Josiah Hartley ; przełożył Adam Tuz. - Wydanie I. - Poznań : Grupa Wydawnicza Filia, 2023.
Depresja dziecka to choroba całej rodziny. Ta książka pokazuje, jak z nią żyć.
Sygn.: 62487-wyp.
27. Mózg w równowadze : jak zbudować odporność psychiczną dzięki neuronauce / Camilla Nord ; przełożył Marcin Masłowski. - Wydanie I. - Białystok : Wydawnictwo Kobiectwo, 2024.
Sygn.: 63117-wyp.
28. Myśli samobójcze u nastolatków : jak pokonać ból emocjonalny, odzyskać siłę i przywrócić życiu sens / Jeremy W. Petit, Ryan M. Hill ; przekład: Sylwia Pikiel. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : GWP, 2023.
Sygn.: 62674-wyp.

29. Nastolatek a depresja : praktyczny poradnik dla rodziców i młodzieży / Konrad Ambroziak, Artur Kołakowski, Klaudia Siwek. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2023.
Sygn.: 62391-wyp.
30. Nie chcę o tym mówić : jak poradzić sobie z męską depresją / Terrence Real ; przełożył Paweł Luboński - Wydanie 2. - Warszawa : Czarna Owca, 2020.
Sygn.: 61928-wyp.
31. Niekoniecznie depresja : zrozum swoje emocje i odzyskaj wewnętrzną równowagę dzięki metodzie trójkąta zmiany / Hilary Jacobs Hendel ; przedmowa Diana Fosha ; tłumaczenie Katarzyna Okoń. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, cop. 2018.
Sygn.: 60423-wyp.
32. O sile emocji pozytywnych : zapobieganie depresji dzieci i młodzieży / Wanda Lemańska. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, cop. 2005.
Sygn.: 50062-wyp.
33. Od czego zacząć : poradnik przetrwania lęku, depresji i innych kryzysów psychicznych / Mental Health America ; ilustracje Gemma Correll ; [tłumaczenie Maria Szarf]. - Poznań : Publicat, cop. 2024.
Sygn.: 62822-wyp.
34. Rozmowy o wychowaniu w szacunku : nastolatki / Patrycja Frania, Katarzyna Kowalska-Bębas, Agata Frońska ; [ilustracje: Ewelina Dymek]. - Warszawa : Mamania, cop. 2023.
Sygn.: 63753-wyp.
35. Równia wznosząca : pokonaj depresję z pomocą neuronauki / Alex Korb ; wstęp Daniel J. Siegel ; tłumaczenie Katarzyna Sapeta-Czajka. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2019.
Sygn.: 60287-wyp.
36. Terapia poznawcza depresji oparta na uważności : profilaktyka nawrotów / Zindel V. Segal, J. Mark G. Williams, John D. Teasdale ; tłumaczenie Robert Andruszko. - Wydanie 2. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2017.
Sygn.: 62888-wyp.
37. W dolinie cierpienia : o depresji młodzieży / Daria Jęczmińska. - Wydanie I. - Warszawa : Psychologiadziecka.org, 2024.
Sygn.: 63563-wyp.
38. W pułapce myśli - dla nastolatków : jak skutecznie poradzić sobie z depresją, stresem i lękiem / Louise Hayes, Ann Bailey, Joseph Ciarrochi ; przekład: Agnieszka Cioch. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2019 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2019.
Sygn.: 60310, 60330-wyp.

39. W sieci kryzysu : od hejtu do samobójstw : jak szkoła może pomóc młodym? / [autorzy: Małgorzata Celuch, Marzenna Czarnocka, Bożena Malkowska-Baranowska, Edyta Palicka, Natali Perek, Julia Przybył, Agata Staroń, Agnieszka Stebelska, Bożena Winczewska ; redaktor: Agnieszka Stebelska]. - Warszawa : Wiedza i Praktyka, 2025.

Sygn.: 63710-wyp.

40. Zdrowy mózg : jak z pomocą składników odżywczych pokonać zaburzenia behawioralne, ADHD, autyzm, depresję, lęk, schizofrenię i chorobę Alzheimera / dr William J. Walsh ; tłumaczenie Karolina Pruszyńska. - Wydanie I - dodruk. - Białystok : Vital - Gwarancja Zdrowia, 2024.

Sygn.: 63165-wyp.

41. Żyłkę zawsze noszę przy sobie : depresja dzieci i młodzieży / Małgorzata Gołota. - Wydanie I. - Poznań : Wydawnictwo Filia, 2022.

Sygn.: 62296-wyp.

Artykuły z czasopism:

1. Cena za męskość. Depresja : musisz być najlepszy! / Piotr Nadulski, Joanna Strzałko // *Charaktery*. - 2025, nr 3/4, s. 52-56
2. Depresja - bolesna droga do własnych trudnych uczuć / Jarosław Storoniak // *Wychowawca*. - 2021, nr 11, s. 15-17
3. Depresja dzieci : skuteczna profilaktyka i wsparcie / Magdalena Lange-Rachwał // *Życie Szkoły*. - 2023, nr 4, s. 4-9
4. Depresja dzieci i młodzieży / Ewelina Prędką-Pawlun // *Remedium*. - 2023, nr 7/8, s. 43-44
5. Depresja klimatyczna : reakcja na ból świata / Dominika Zaremba // *Charaktery*. - 2025, nr 5-6, s. 68-71
6. Depresja nastolatków / Konrad Ambroziak // *Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne*. - 2018, nr 3, s. 12-13
7. Depresja nastolatków / Małgorzata Pomianowska // *Dyrektor Szkoły*. - 2021, nr 3, s. 61-63
8. Depresja u dzieci i młodzieży / Łukasz Cichocki, Kazimierz Pietruszewski // *Wychowawca*. - 2021, nr 11, s. 5-8
9. Depresja u dzieci w wieku wczesnoszkolnym / Dorota Zając // *Życie Szkoły*. - 2021, nr 9, s. 34-39
10. Depresja w Dolinie Muminków? : co o depresji sezonowej mówi neuronauka / Adam Zemełka // *Charaktery*. - 2024, nr 11-12, s. 62-66

11. Depresja wśród dzieci i młodzieży / Sylwia Pawłowska // *Remedium*. - 2018, nr 10, s. 2-4
12. Depresyjnym nastolatkom można pomóc. Cz. 1 / Sylwia Pawłowska // *Remedium*. - 2018, nr 9, s. 10-11
13. Dzieci rodziców chorujących na depresję / Natalia Rapp, Maja Vogt-Kostecka // *Remedium*. - 2016, nr 11, s. 6-8
14. Gdyby depresja miała twarz, byłaby licealistką / Sylwia Pawłowska // *Remedium*. - 2023, nr 5, s. 8-11
15. Jak pomagać nastolatkom z zaburzeniami depresyjnymi? : strategie zapobiegania i wsparcia / Katarzyna Dmitruk-Sierocińska // *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*. - 2024, nr 1, s. 16-32
16. Jak rozpoznać depresję / Magdalena Goetz // *Dyrektor Szkoły*. - 2019, nr 4, s. 68-72
17. Kiedy dół staje się chorobą / Kaja Wojciechowska, Katarzyna Szaulińska // *Charaktery*. - 2017, nr 2, s. 50-53
18. Kryzys, depresja i rozwój w życiu św. Brata Alberta / Krzysztof Matuszewski // *Wychowawca*. - 2022, nr 7/8, s. 18-21
19. Letnia depresja rodziców / Agata Sierota // *Remedium*. - 2021, nr 7/8, s. 24-25
20. Liście, które opadły : symptomy depresji - choroby śmiertelnej / Maria Langer-Fyda // *Niebieska Linia*. - 2021, nr 2, s. 6-8
21. Maski depresji / Stanisław Porczyk // *Charaktery*. - 2018, nr 10, s. 46-50
22. Młody człowiek na zakręcie / Marta Włodarczyk // *Remedium*. - 2021, nr 11, s. 28-30
23. Najczęstsze zaburzenia zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży / Małgorzata Łoskot // *Biologia w Szkole*. - 2021, nr 5, s. 30-33
24. Niepokój, lęk czy przewlekły stres? : symptomy umożliwiające rozpoznanie ucznia w kryzysie psychologicznym na podstawie studium przypadku / Anna Krawczyk // *Biologia w Szkole*. - 2022, nr 3, s. 26-31
25. Oblicza depresji / Marta Włodarczyk // *Remedium*. - 2020, nr 9, s. 10-11
26. Orzeł z reszką / Tadeusz Pulcyn // *Świat Problemów*. - 2019, nr 4, s. 22-24
27. Perfekcyjnie ukryta depresja / Margaret Robinson Rutherford ; rozm. przepr. Elżbieta Filipow // *Charaktery*. - 2022, nr 2, s. 48-52

28. Pierwsza pomoc w stanach depresyjnych / Bogna Białecka // *Wychowawca*. - 2021, nr 11, s. 12-14
29. Program Zaradny Kot a zaburzenia współwystępujące / Ewelina Prędko-Pawlun // *Remedium*. - 2022, nr 11, s. 22-24
30. Przemoc domowa a depresja / Sylwia Kluczyńska // *Świat Problemów*. - 2020, nr 5, s. 22-25
31. Sezon pełen smutku / Joanna Chatizow // *Charaktery*. - 2018, nr 12, s. 56-59
32. Smutny czy chory? / Bogdan de Barbaro // *Charaktery*. - 2019, nr 2, s. 44-45
33. Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego - propozycje zabaw, ćwiczeń i zadań dla najmłodszych / Monika Litwinow // *Wychowanie w Przedszkolu*. - 2025, nr 5, s. 46-49
34. Taniec na receptę : jak ruch i muzyka mogą wspierać w leczeniu depresji? / Edyta Bonk // *Charaktery*. - 2025, nr 11-12, s. 82-85
35. Usłyszeć na czas... / Magdalena Sabik // *Wychowawca*. - 2021, nr 11, s. 9-11
36. Wsparcie dla uczniów z depresją / Bogdan Bugdalski // *Dyrektor Szkoły*. - 2019, nr 4, s. 80-83
37. Zaburzenia depresyjne - skąd się biorą i jakie sygnały wysyłane przez dzieci i młodzież powinny zaniepokoić dorosłych / Katarzyna Dmitruk-Sierocińska // *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*. - 2023, nr 1, s. 26-41
38. Zapobieganie depresji / Małgorzata Pomianowska // *Dyrektor Szkoły*. - 2021, nr 3, s. 64
39. Zdrowie psychiczne najmłodszych dzieci : zaburzenia nastroju i depresja przedszkolaków / Marlena Stradomska // *Wychowanie w Przedszkolu*. - 2023, nr 3, s. 6-11

Suwałki, 29.01.2026 r.

Opracowanie:
Beata Niedźwiecka
Biblioteka Pedagogiczna
Centrum Edukacji Nauczycieli w Suwałkach