



Terapia Akceptacji i Zaangażowania (ACT)

(zestawienie bibliograficzne w wyborze ze zbiorów Biblioteki Pedagogicznej CEN w Suwałkach do roku 2025)

Poszukując materiałów na temat terapii akceptacji i zaangażowania (ACT) zapraszamy do przejrzania katalogu OPAC WWW <http://bp.cen.suwalki.pl/>

Wydawnictwa zwarte:

1. ACT-owy poradnik dla dzieci : 42 ćwiczenia, które pomogą dziecku radzić sobie z niepokojem, smutkiem i złością / Tamar D. Black, ilustracje: Sara Christian ; przekład: Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2025.
Sygn.: 63447 - wyp.
2. Co cię wzmacnia : jak żyć pełnią życia w obliczu zmian i niepewności dzięki technikom terapii akceptacji i zaangażowania / Louise L. Hayes, Joseph V. Ciarrochi, Ann Bailey ; przekład Sylwia Pikiel ; ilustracje Katharine Hall. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2024 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2024.
Sygn.: 63507 - wyp.
3. Co robić, gdy brakuje ci odwagi? : kultowy poradnik dla nastolatków / Jennifer Shannon ; [przekład: Anna Kmiecik, Mateusz Wyszeccki]. - Gdańsk : Wydawnictwo Levyz, 2020.
Sygn.: 60815 - wyp.
4. Dorastanie bez lęku / Sheri L. Turrell, Christopher McCurry, Mary Bell ; przekład: Sylwia Pikiel. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2020 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2020.
Sygn.: 60841 - wyp.
5. Idź własną drogą : jak żyć w zgodzie ze sobą i realizować marzenia dzięki technikom terapii ACT / Joseph Ciarrochi, Louise Hayes ; przekład Sylwia Pikiel. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2021.
Sygn.: 61389 - wyp.

6. Ja i mój autyzm : przewodnik dla dzieci z zaburzeniami ze spektrum autyzmu : 35 ćwiczeń opartych na technikach SAZ i ACT / Katie Cook ; ilustracje Cait Brennan ; przekład Agata Błaż. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2024.
Sygn.: 62982 - wyp.
7. Jesteś kimś więcej, niż myślisz : opowieść o tym, że dobrze być sobą : 99 ćwiczeń, które pomagają dziecku w budowaniu zdrowej samooceny i pewności siebie / Artur Gębka. - Wydanie pierwsze 2025 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2025.
Sygn.: 63730 - wyp.
8. Każdy czasem się boi : jak pomóc dziecku radzić sobie z lękiem i zmartwieniami : 40 ćwiczeń opartych na terapii poznawczo-behawioralnej, terapii ACT oraz uważności / Agnes Selinger ; ilustracje: Claudio Cerri ; przekład: Agnieszka Cioch. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2023.
Sygn.: 62659 - wyp.
9. Na tropie podejrzanych myśli : ponad 60 ćwiczeń które pomogą dziecku radzić sobie z trudnymi myślami, rozwijać elastyczność psychiczną i budować odporność psychiczną / Artur Gębka ; [ilustracje i opracowanie graficzne: Monika Pollak]. - Sopot : GWP, 2024.
Sygn.: 63118 - wyp.
10. Oswoić złość : jak poradzić sobie z emocjami i odzyskać radość życia dzięki technikom ACT / Robyn D. Walser, Manuela O'Connell ; przekład: Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2023.
Sygn.: 63055 - wyp.
11. Radość rodzicielstwa : jak odnaleźć równowagę, spokój i szczęście : terapia akceptacji i zaangażowania / Lisa W. Coyne, Amy R. Murrell ; przekład: Sylwia Pikiel. - Wydanie pierwsze w języku polskim. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2020.
Sygn.: 60584 - wyp.
12. Relacje na huśtawce : jak uwolnić się od negatywnych wzorców zachowań? / Matthew McKay, Patrick Fanning, Avigail Lev, Michelle Skeen ; przekład Sylwia Pikiel. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2018 rok. - Sopot : GWP, 2024.
Sygn.: 63399 - wyp.
13. 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 ; przekład Sylwia Pikiel. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2024.
Sygn.: 63359 - wyp.

14. Umysł wyzwolony / Steven C. Hayes ; przekład Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2020 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2024.
Sygn.: 63142 - wyp.
15. 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.
16. Wybrakowani, bezwartościowi, wadliwi : zmień autodestrukcyjne przekonania dzięki technikom terapii schematów oraz ACT / Matthew McKay, Michael Jason Greenberg, Patrick Fanning ; przekład: Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2022 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2024.
Sygn.: 63714 - wyp.
17. Zdrowa pewność siebie : rozwiń ją dzięki technikom terapii akceptacji i zaangażowania oraz praktykom uważności / Russ Harris ; przekład: Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2025 rok. - Sopot : GWP, 2025.
Sygn.: 63571 - wyp.
18. Znikodem i zagadka lęku / Artur Gębka ; ilustracje i opracowanie graficzne: Katarzyna Bukiert. - Wydanie pierwsze 2021 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne Elżbieta Zubrzycka, 2021.
Sygn.: 63138 - wyp.
19. Zrozumieć ACT : terapia akceptacji i zaangażowania w praktyce / Russ Harris ; przekład Anna Sawicka-Chrapkowicz. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2019.
Sygn.: 60639 - wyp.
20. Życie bez nałogu : uwolnij się od uzależnienia, wykorzystując techniki ACT / Kelly G. Wilson, Troy DuFrene ; przekład: Agnieszka Cioch. - Wydanie pierwsze. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2020.
Sygn.: 61756 - wyp.

Artykuły z czasopism:

21. Być jak z gumy, czyli kilka słów o elastyczności psychologicznej / Małgorzata Łuba // *Wychowanie w Przedszkolu*. - 2016, nr 8, s. 25-28
22. Podążać za wartościami. O istocie terapii ACT / Agnieszka Wroczyńska ; rozm. przepr. Katarzyna Kulesza // *Świat Problemów*. - 2020, nr 7/8, s. 23-26

23. Terapia akceptacji i zaangażowania / Marek Błaszczak // *Remedium*. - 2022, nr 7/8, s. 25-28
24. Terapia akceptacji i zaangażowania / Katarzyna Sasiak // *Remedium*. - 2019, nr 11, s. 10-11
25. Terapia akceptacji i zaangażowania (ACT) jako metoda wsparcia wybranych zaburzeń psychicznych u dzieci i młodzieży / Amanda Błaszczak // *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*. - 2023, nr 2, s. 16-25
26. Wyobrażenia w radzeniu sobie z przykrymi myślami / Przemysław Mućko // *Niebieska Linia*. - 2021, nr 6, s. 25-27
27. Zaplątani we własne myśli / Avigail Lev ; rozmawiała Daria Jęczmińska // *Charaktery*. - 2018, nr 10, s. 52-55

Suwałki, 22.01.2026 r.

Opracowanie:
Katarzyna Romanowska
Biblioteka Pedagogiczna
Centrum Edukacji Nauczycieli w Suwałkach