

Mindfulness

Zestawienie bibliograficzne w wyborze za lata 2000-2022

Wydawnictwa zwarte:

1. AFZAL Uz: *Mindfulness dla dzieci : pomóż swojemu dziecku osiągnąć spokój i zadowolenie od śniadania do dobranocki.* - Łódź : Wydawnictwo Studio Koloru, 2020. - 176 s., ISBN 978-83-62238-53-8
Sygnatura: Mg 58464/w
2. ALIDINA Shamash: *Mindfulness dla bystrzaków.* - Gliwice : Wydawnictwo Helion, 2019. - 358 s., ISBN 978-83-283-5255-1
Sygnatura: 57824/w
3. BLUTH Karen: *Na emocjonalnej karuzeli : jak pokonać samokrytycyzm, opanować emocje i zaakceptować siebie dzięki technikom uważności i współczucia.* - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2020. - 165 s., ISBN 978-83-7489-952-9
Sygnatura: Mg 58506/w
4. GOLEMAN Daniel: *Trwała przemiana.* - Poznań : Wydawnictwo Media Rodzina, 2018. - 351 s., ISBN 978-83-8008-415-5
Sygnatury: Mg. 58515/w
5. GREENBERG Melanie: *Mózg odporny na stres : zapanuj nad emocjonalną reakcją na stres, wykorzystując naturalne właściwości mózgu.* - Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 2021. - 250 s., ISBN 978-83-8062-333-0
Sygnatury: Mg. 58190/w
6. GREENLAND Susan Kaiser: *Dziecko wolne od stresu : jak prostymi metodami mindfulness zwiększyć szanse twojego dziecka na szczęście.* - Warszawa : Wydawnictwo Czarna Owca, 2012. - 247 s., ISBN 978-83-7554-342-1
Sygnatura: Mg 53048; Mg 53040/w;
7. GREENLAND Susan Kaiser: *Zabawa w uważność : mindfulness i medytacja dla dzieci, młodzieży i rodzin.* - Łódź : Wydawnictwo Galaktyka, 2017. - 200 s., ISBN 978-83-7579-605-6
Sygnatura: Mg 56994/w; Mg 57117/w
8. HAWN Goldie: *10 minut uważności: jak pomóc dzieciom radzić sobie ze stresem i strachem.* - Warszawa : Wydawnictwo MT Biznes, 2020. - 268 s., ISBN 978-83-8087-479-4
Sygnatura: Mg. 58156/w
9. KAROLAK Wiesław: *Autoarteterapia w sytuacjach kryzysowych: ćwiczenia uważności.* - Warszawa : Wydawnictwo Difin, 2021. - 145 s., ISBN 978-83-66491-71-73
Sygnatura: Mg. 58496/w

10. KRYSZCZYŃSKI Tomasz: *Mindfulness znaczy Sati : 25 ćwiczeń rozwijających mindfulness*. - Gliwice : Wydawnictwo Helion, 2020. - 231 s., ISBN 978-83-283-6683-1
Sygnatura: Mg 58145/w
11. MARCELLI-STARGET Kristina: *Gry i zabawy (nie tylko) mindfulness : 50 ćwiczeń, aby być uważnym, poprawić koncentrację, kochać siebie bardziej i zrozumieć swoje emocje*. - Olsztyn : Wydawnictwo Levyz Books, 2022. - 109 s., ISBN 978-83-66633-18-6
Sygnatura: Mg 58783/w
12. PAWŁOWSKA Agnieszka: *Nietoperzyca Kaja i piękno uważności*. - Poznań : Wydawnictwo Poznańskie, 2015. - 40 s., ISBN 978-83-7976-225-5
Sygnatura: 58320/w
13. PAWŁOWSKA Agnieszka: *Szczurek Rysio i smak uważności*. - Poznań : Wydawnictwo Poznańskie, 2015. - 40 s., ISBN 978-83-7976-226-2
Sygnatura: 58319/w
14. PAWŁOWSKA Agnieszka: *Wilczek Leon - uwaga i uważność*. - Poznań : Wydawnictwo Poznańskie, 2017. - 40 s., ISBN 978-83-7976-579-9
Sygnatura: 58321/w
15. ROMAN Carole P.: *Mindfulness dla dzieci : poczuj radość, spokój i kontrolę*. - Gliwice : Wydawnictwo Helion, 2020. - 80 s., ISBN 978-83-283-5742-6
Sygnatura: Mg 58465/w
16. SNEL Eline: *Moja supermoc: uważność i spokój żabki : historie, gry i zabawy mindfulness*. - Warszawa : Wydawnictwo CoJaNaTo, 2018. - 96 s., ISBN 978-83-63860-24-0
Sygnatura: Mg 58119/w
17. *UWAŻNOŚĆ i psychoterapia*, pod red. Christophera K. Germera, Ronalda D. Siegela, Paula R. Fultona. - Kraków : Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2015. - 422 s., ISBN 978-83-233-3873-4
Sygnatura: Mg 58516/w
18. WILLIAMS J. Mark G.: *Mindfulness : trening uważności*. - Warszawa : Wydawnictwo Edgard, 2014. - 212 s., ISBN 978-83-7788-415-7
Sygnatura: Mg 58512/w
19. WILLIAMS J. Mark G.: *Świadomą drogą przez depresję : wolność od chronicznego cierpienia*. - Warszawa : Wydawnictwo Czarna Owca, 2020. - 315 s., ISBN 978-83-8143-099-9
Sygnatura: Mg 58195/w

Wydawnictwa ciągłe:

1. GREGOREK Anna: *Mindfulness - trening uważności dzieci i młodzieży w profilaktyce cyberprzemocy*. W: Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. – 2018, nr 1, s. 30-38
2. KAIAN-KOCHANOWSKA Ewa: *Jak uważność pomaga w podejmowaniu decyzji*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2014, nr 5, s. 114-121
3. KAIAN-KOCHANOWSKA Ewa: *Spokojny umysł, dobre myśli*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2014, nr 4, s. 114-121
4. KAIAN-KOCHANOWSKA Ewa: *Uważność daje spokój*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2015, nr 1, s. 114-121
5. KAIAN-KOCHANOWSKA Ewa: *Uważność jest ważna*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2015, nr 2, s. 114-121
6. KAIAN-KOCHANOWSKA Ewa: *Uważność koi stres*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2015, nr 4, s. 114-121
7. KAIAN-KOCHANOWSKA Ewa: *Uważność na ciało*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2015, nr 3, s. 114-121
8. KAIAN-KOCHANOWSKA Ewa: *Uważność na gniew*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2014, nr 3, s. 114-121
9. KAIAN-KOCHANOWSKA Ewa: *Uważny nauczyciel*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2015, nr 3, s. 130-136
10. KALTWASSER Vera: *Lekcje uważności*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2014, nr 2, s. 114-120
11. KNAP Natalia: *Dar uważności na co dzień*. W: *Psychologia w Szkole*. – 2014, nr 1, s. 108-115
12. KOSSAKOWSKA Barbara: *Mindfulness - przelotna moda czy coś więcej?*. W: Świat Problemów. - 2016, nr 10, s. 29-32
13. KRZELEWSKA Magdalena: *Mindfulness dla dzieci - ćwiczenia poprawiające samopoczucie oraz pomagające zachować spokój i kontrolę*. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. – 2020, nr 5, s. 22-24
14. LITWINOW Monika: *Uważność, skupienie, koncentracja dzieci w wieku przedszkolnym*. W: Wychowanie w Przedszkolu. – 2020, nr 1, s. 6-11
15. LITWINOW-CIEŚLEWICZ Monika: *Ogólnopolski Dzień Dziwaka z jogą i mindfulness*. W: Wychowanie w Przedszkolu. – 2022, nr 10, s. 43-49
16. LITWINOW-CIEŚLEWICZ Monika: *Ogólnopolski Dzień Rozmów Twarzą w Twarz z jogą i mindfulness*. W: Wychowanie w Przedszkolu. – 2022, nr 9, s. 50-54

17. ŁUBA Małgorzata: *Całkowicie obecny umysł*. W: *Wychowanie w Przedszkolu*. – 2016, nr 2, s. 25-28
18. MAZURKIEWICZ Magdalena: *Jak praktyka uważności wspiera kreatywność?* W: *Charaktery*. – 2020, nr 11, s. 56-63
19. OŁTARZEWSKI Eryk: *Uważność w edukacji wczesnoszkolnej*. W: *Życie Szkoły*. – 2019, nr 2, s. 29-35
20. PAWŁOWSKA Agnieszka: *Mindfulness - nowa moda czy realne wsparcie? : nauczyciel i praktyka uważności*. W: *Biblioteka w Szkole*. – 2021, nr 6, s. 6-9
21. PECZKO Benedykt: *Medytacja uważności i jej zastosowania. Cz.1*. W: *Remedium*. – 2020, nr 1, s.15-17
22. PECZKO Benedykt: *Medytacja uważności i jej wielorakie zastosowania - postscriptum*. W: *Remedium*. – 2020, nr 2, s. 23-25
23. PECZKO Benedykt: *Medytacja uważności i jej zastosowania*. W: *Remedium*. – 2020, nr 7/8, s. 53-56
24. PECZKO Benedykt: *Medytacja uważności i jej wielorakie zastosowania*. W: *Remedium*. – 2020, nr 10, s. 27-29
25. TEMPSKA Justyna: *Czuła uwaga. Dlaczego warto praktykować z dziećmi uważność*. W: *Charaktery*. – 2022, nr 12, s. 80-83
26. RZĄDZKI Jerzy: *O pułapkach komplementów i zaletach uważności. Cz. 2*. W: *Remedium*. – 2016, nr 2, s. 4-6
27. WOJ Olga: *Samoregulacja i uważność - pomoc uczniowi w radzeniu sobie ze stresem*. W: *Głos Pedagogiczny*. – 2022, nr 137, s. 49-53

Dokumenty elektroniczne:

1. GÓRALSKA Renata: *Uważność : technika uczenia się czy droga wspierania (samo)rozwoju*. W: *Rocznik Andragogiczny*, 2019, nr 2 [26], [online], [dostęp: 13.12.2022]. Dostęp w Internecie:<<https://apcz.umk.pl/RA/article/view/RA.2019.006/25175>>

Oprac. M. Żołędziewska
BP Dział Udostępniania Zbiorów
Czerwiec 2023 r.