

STRES JAKO ZJAWISKO PSYCHOLOGICZNE

Czytelników poszukujących materiału na określony temat w Bibliotece Pedagogicznej w Płocku, zapraszamy do przejrzania naszego katalogu Integro.

Wpisz w wyszukiwarke: „stres”.

W celu uszczegółowienia wyników wyszukiwania proponujemy zastosowanie filtrów takich jak: rok publikacji, typ dokumentu i in.

Katalog Integro

Poniżej zamieszczone są wybrane książki i artykuły, uzupełniające materiały na dany temat, spoza naszej biblioteki.

Wydawnictwa zwarte

BIAŁEK Ewa Danuta: Upредить chorobę : rehabilitacja psychologiczna w zagrożeniach stresem i objawach przewlekłego zmęczenia. – Warszawa : Instytut Psychosyntezy, 2018

CICHOSZ Adam: Zarządzanie stresem w organizacji. – Warszawa : Difin, 2018

COLLINS Andy: Pokonaj stres. – Warszawa : Oficyna Wydawnicza Rytm, copyright 2018

CZYŻ Anna: Jak radzi sobie ze stresem słabosłyszczą młodzież?. – Kraków : Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, 2019

DYTFELD Józef: Biała edukacja : wybrane zagadnienia antystresowej koncepcji ochrony zdrowia w praktyce edukacyjnej; Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli w Kaliszu. – Kalisz : Wydawnictwo ODN, 2012

DZIECKO w sytuacjach stresowych / redakcja naukowa Małgorzata Cywińska. – Poznań : Wydawnictwo Naukowe UAM, 2020

GREENBERG Melanie: Mózg odporny na stres : zapanuj nad emocjonalną reakcją na stres, wykorzystując naturalne właściwości mózgu / przełożyła Bożena Jóźwiak. – Poznań : Rebis, 2018

ISKRA Justyna: Sposoby radzenia sobie z trudnościami przez studentów. – Warszawa : Difin, 2015

ISKRA Justyna, KLINKOSZ Waldemar: Trudności doświadczane przez studentów : metoda pomiaru i możliwości pomocy. – Warszawa : Difin, 2020

OGIŃSKA-BULIK Nina: Dwa oblicza traumy : negatywne i pozytywne skutki zdarzeń traumatycznych u pracowników służb ratowniczych. – Warszawa : Difin, 2015

PERSKI Aleksander, ROSE Joanna: Nie musisz być najlepsza : jak nie wpaść w pułapkę perfekcjonizmu, uniknąć stresu i wypalenia; przeł. Alicja Rosenau. – Warszawa : Wydawnictwo Czarna Owca, 2010

SAPOLSKY Robert M.: Dlaczego zebry nie mają wrzodów? : psychofizjologia stresu ; [przeł. Małgorzata Guzowska-Dąbrowska]. – Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2010

SIKORSKA Iwona: Bufory stresu : jak rozwijać odporność psychiczną dziecka. – Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne, cop. 2011

STANIEK Magdalena: Autoterapia : pokonaj problemy, stres i lęki. – Warszawa : Edgard, 2015

STORONI Mithu: Wolni od stresu : jak nauka pomaga uodpornić się na stres / przełożyła Grażyna Daniel-Schuwald. – Warszawa : Wydawnictwo Czarna Owca, 2019

TOMASZEK Katarzyna: Emocjonalność studentów doświadczających syndromu wyczerpania sił. Cz. 1, Wskaźniki wypalenia akademickiego a regulacja emocji, dobrostan psychiczny i stany depresyjne. – Kraków : Wydawnictwo PETRUS, copyright 2020

ZARZĄDZANIE stresem. Cz. 1 / red. Henryk Skłodowski. – Łódź : Wydawnictwo Społecznej Akademii Nauk, 2013

ZARZĄDZANIE stresem. Cz. 2 / red. Henryk Skłodowski. – Łódź : Wydawnictwo Społecznej Akademii Nauk, 2013

Linki do katalogów online płockich bibliotek:

Książnica Płocka

Mazowiecka Uczelnia Publiczna w Płocku

Artykuły z czasopism

BARGIEL MATUSIEWICZ Kamilla: Różnice w radzeniu sobie ze stresem egzaminacyjnym w grupie młodych dorosłych w kontekście uzależnienia od nikotyny = Differences in coping with exam stress in a group of young adults in the context of nicotine addiction // *Przegląd Psychologiczny*. – T. 61, nr 4 (2018), s. 463-489

GOŁUCH Dominik: Poziom lęku i nadziei na sukces a style radzenia sobie ze stresem u maturzystów // *Studia Psychologica*. – R. 10, nr 11, t. 1 (2011), s. 33-50

KRYSIĄK Małgorzata: Mowa pod wpływem stresu // *Prace Filologiczne*. – T. 66 (2015), s. 147-160

KULIK Agnieszka: Kondycja biopsychospołeczna nastolatków a poczucie koherencji i strategie radzenia sobie ze stresem // *Polskie Forum Psychologiczne*. – T. 16, nr 2 (2011), s. 141-158

ŁOSKOT Małgorzata: Stres adaptacyjny przedszkolaka // *Monitor Dyrektora Przedszkola*. – 2018, nr 90 (marzec), s. 60-63

OGIŃSKA-BULIK NINA: Strategie radzenia sobie a osobowy wzrost u nastolatków, którzy doświadczyli negatywnych wydarzeń życiowych // *Polskie Forum Psychologiczne*. – T. 20, nr 2 (2015), s. 149-164

PAŁAC-NOŻEWSKA Alicja, KOWALCZYK Łukasz: Nadwrażliwość emocjonalna u dzieci jaskających się // *Forum Logopedy*. – 2015, nr 7 (maj/czerwiec), s. 4-8

PŁACZKIEWICZ Beata: Problematyka radzenia sobie ze stresem przez młodzież // *Katecheta*. – 2010, nr 3, s. 11-18

SIKORA Renata, PISULA Ewa: Wsparcie społeczne i strategie radzenia sobie ze stresem a depresyjność młodzieży // *Psychologia Rozwojowa*. – T. 17, nr 2 (2012), s. 41-54

STANIEK Magdalena: Zaburzenie stresowe pourazowe : diagnoza i wybrane aspekty leczenia // *Świat Problemów*. – 2015, nr 9, s. 33-36

STIX Gary: Neurobiologia odporności psychicznej // *Świat Nauki*. – 2011, nr 4, s. 27-31

TALIK Elżbieta: Specyfika stresu szkolnego i strategie radzenia sobie z nim przez młodzież

w okresie dorastania // *Horyzonty Psychologii*. – T. 1, nr 1 (2011), s. 127-137

TERELAK Jan F., JASIURA Małgorzata: Inteligencja emocjonalna a style radzenia sobie ze stresem u samotnych matek // *Studia Psychologica*. – R. 11, nr 12, t. 1 (2012), s. 67-82

TOPOLSKA Katarzyna Jak sobie radzić ze stresem związanym z pracą przed kamerą // *Nowoczesna Biblioteka 3.0*. – 2020, nr 34, s. 13-14

UKALISZ Alina: Sposoby radzenia sobie ze stresem i wsparcie społeczne u osób z problemem alkoholowym // *Resocjalizacja Polska*. – 2013, nr 5, s. 241-253

WENNER MOYER Melinda: Jak sobie radzić z pandemicznym stresem // *Świat Nauki*. – 2021, nr 4, s. 32-37

Artykuły online

KLUCZYŃSKA Sylwia. O stresie i sposobach radzenia sobie z nim. *Niebieska Linia* [online]. Warszawa : Instytut Psychologii Zdrowia, 2003, nr 5, s. 22-24 : Instytut Psychologii Zdrowia : Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z: <http://www.psychologia.edu.pl/czytelnia/59-niebieska-linia/833-o-stresie-i-sposobach-radzenia-sobie-z-nim.html>

Inne materiały online

AOUIL Bassam. Strategie i style radzenia sobie ze stresem w sytuacji kryzysowej [online]. Psychologia.net.pl : portal psychologiczny. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z: <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=119>

AUGUSTYNEK Andrzej. Zachowanie w chwili zagrożenia i silnego stresu u ofiary, świadka i przestępcy [online]. Psychologia.net.pl : portal psychologiczny. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z: <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=169>

GMITRZAK Dagmara. Czy mamy wpływ na stres? [online]. Psychologia.net.pl : portal psychologiczny. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z: <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=589>

GMITRZAK Dagmara. O stresie, przekonaniach i ich wpływie na nasze życie, optymizmie. Cz. 1 / rozm. przepr. Magdalena Mips [online]. Psychologia.net.pl : portal psychologiczny. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z: <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=588>

GMITRZAK Dagmara. O stresie, przekonaniach i ich wpływie na nasze życie, optymizmie. Cz. 2 / rozm. przepr. Magdalena Mips [online]. Psychologia.net.pl : portal psychologiczny. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z: <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=592>

SKORUPA Małgorzata. Stres – wymagania większe niż możliwości [online]. Gazeta.pl : zdrowie. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z: http://zdrowie.gazeta.pl/Zdrowie/1,105806,10399919,Stres_wymagania_wieksze_niz_mozliwosci.html

ŚWIĄTEK Jarosław. Mit stresu pozytywnego [online]. Psychologia. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z: <https://psychologiaspoleczna.pl/mit-stresu-pozytywnego/>

ŚWIST Jacek. Spójrz inaczej na swój stres [online]. Psychologia.net.pl : portal psychologiczny. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z:
<http://www.psychologia.net.pl/artykul.php?level=466>

TEISSEYRE Aleksander. Nowe spojrzenie na stres [online]. Psychologia.net.pl : portal psychologiczny. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z:
<http://www.psychologia.net.pl/artykul.php?level=116>

TRZCIŃSKI Tomasz. Możesz pokonać stres [online]. Psychologia.net.pl : portal psychologiczny. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z:
<http://www.psychologia.net.pl/artykul.php?level=117>

Wideoprezentacje

BIAŁOUS Anna. Stres codzienny [online]. YouTube, 15 kwi 2010. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z:
<http://www.youtube.com/watch?v=5xvViOlH6UA>

EICHELBERGER Wojciech. Czym jest stres? [online]. YouTube, 6 wrz 2011. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z:
<https://www.youtube.com/watch?v=VhmZ-4UKSRo>

EICHELBERGER Wojciech. Jak radzić sobie ze stresem? [online]. YouTube, 19 maj 2011. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z:
<https://www.youtube.com/watch?v=KabkyPKUulM>

GIBAS Jarosław. Stres [online]. YouTube, 2 kwi 2012. [Przeglądany 25 czerwca 2021]. Dostęp z:
<https://www.youtube.com/watch?v=pNHKWk7sbOo>

Zobacz także zestawienie o:
Lęk
Fobie

Opracowały: Anna Bakierzyńska, Monika Cejmer
Biblioteka Pedagogiczna w Płocku