

Higiena cyfrowa

1. Cyberuzależnienia: zjawisko, profilaktyka, elementy terapii / M. Z. Jędrzejko, A. E. Taper, I. Kiełtyk-Zaborowska, Warszawa: Medical Tribune Polska, 2024
2. Cyberzaburzenia, cyberuzależnienia : mechanizmy i diagnoza / Mariusz Z. Jędrzejko, Agnieszka Taper, Tomasz Kozłowski. Warszawa: Centrum Profilaktyki Społecznej - Oficyna Wydawnicza von Velke, 2020
3. Dziecko, media, rozwój: o konsekwencjach obecności mediów w życiu dziecka / pod redakcją Natalii Bednarskiej. Warszawa: Wyd. APS, 2020.
4. Dziecko w świecie technologii: wychowanie w cyfrowej rzeczywistości / Katie Davis. Kraków: Copernicus Center Press, 2024
5. Dziesięć zasad wychowania w świecie technologii / Jean M. Twenge. Sopot: Smak Słowa, 2026
6. Pomoc dziecku w cyberpułapce: poradnik dla rodziców / B. Białecka, A. Gil, Warszawa: Wyd. Eureka, 2024
7. Przestrzeń cyfrowa w ponowoczesności: jednostka, technologia, profilaktyka / J. Grubicka, R. Kompowska-Marek, Warszawa: Difin, 2024
8. Psychologiczne paradygmaty korzystania z mediów społecznościowych: cechy osobowości, style przywiązania, kompetencje społeczne, poziom uzależnienia, samoocena, motywacja osiągnięć / N. Dąbrowa, Warszawa: ·Wyd. Naukowe PWN, 2025
9. Twoje dziecko w sieci: przewodnik po cyfrowym świecie dla czasami zdezorientowanych rodziców / Agnieszka Taper. Kraków: Wyd. Literackie, 2021
9. Uzależnienia medialne czyli O patologicznym wykorzystaniu mediów i ich wpływie na nasze zdrowie oraz życie naszych dzieci / Agnieszka Ogonowska. Kraków: Wyd. Edukacyjne, 2014
10. Wychowanie przy ekranie: jak przygotować dziecko do życia w sieci? / M. Bigaj, Warszawa: Wyd. WAB, 2023
11. Z nosem w smartfonie: co nasze dzieci robią w internecie i czy na pewno trzeba się tym martwić? / K. Jachymek, Warszawa: Wyd. Agora, 2024



Higiena cyfrowa - artykuły z czasopism

1. Autokreowanie wizerunku w mediach społecznościowych: o związkach między FEAR OF MISSING OUT a narcyzmem / Anna Jupowicz-Ginalska, Małgorzata Kisilowska. *Kultura Współczesna*, 2020, nr 1, s. 110-126
2. Higiena cyfrowa / Katarzyna Bocheńska-Włostowska. *Remedium*, 2023, nr 6, s. 2-4
3. FOMO - czy jest się czego bać? / Sylwia Pawłowska. *Remedium*, 2020, nr 1, s. 5-7
4. FOMO i fonoholizm / Beata Modrzejewska. *Świat Problemów*, R. 28, 2020, nr 1, s. 30-32
5. FOMO 2021: Polacy a lęk przed odłączeniem - wyniki raportu UW i NASK / z Anną Jupowicz-Ginalską i Martą Witkowską rozm. Aleksandra Przybora. *Świat Problemów*, R. 30, 2022, nr 1, s.20-22
6. Fonoholizm wśród młodszych dzieci / Justyna Sala-Suszyńska. *Dyrektor Szkoły*, 2024, nr 6, s. 44-46
7. Moc internetu / z Michałem Polem rozmawiał Tomasz Przybyszewski. *Integracja*, 2021, nr 4, s. 14-17
8. Profilaktyka cyberzagrożeń w klasach młodszych: propozycje zajęć / Ewelina Polak-Janik. *Życie Szkoły*, 2024, nr 4, s. 32-35
9. Scenariusz: Higiena cyfrowa w zasięgu ręki / Katarzyna Bocheńska-Włostowska. *Remedium*, 2023, nr 6, s. 5-7
10. Skuteczność programu edukacji medialnej dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym / Krzysztof Ostaszewski, Agnieszka Pisarska, Kinga Sochocka, Marcin Sochocki, Karolina van Laere. *Edukacja*, 2020, nr 3, s. 6-22
11. Strach przed wyjęciem wtyczki / Ada Mazurek, konsultacja Marta Bogucka. *Integracja*, 2021, nr 1, s. 48-49
12. Strategie radzenie sobie z nadużywaniem internetu przez dzieci / Ewelina Polak-Janik. *Życie Szkoły*, 2024, nr 5, s. 30-33
13. Uczeń XXI wieku / Aleksandra Kubala-Kulpińska. *Życie Szkoły*, 2022, nr 4, s. 4-8
14. W pułapce lęku przed utratą satysfakcjonujących doświadczeń / Katarzyna Iwanicka, Anna Jupowicz-Ginalska. *Serwis Informacyjny Uzależnienia*, 2022, nr 1, s. 27-32
15. Zachowania kompulsywne u osób uzależnionych / Katarzyna Iwanicka. *Świat Problemów*, R. 31, 2023, nr 4, s. 17-19

