



Pedagogiczna
Biblioteka Wojewódzka
w Rzeszowie



Podkarpacki Zespół
Placówek Wojewódzkich
w Rzeszowie

Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka w Rzeszowie

FILIA W MIELCU przy PZPW w Rzeszowie

ul. Kościuszki 7

39-300 Mielec

tel. 17 586 21 78 ; 451 169 643

e-mail: pbwmielec@pzipw.pl

www.rzeszow.pbw.org.pl→

Katalogi online→Integro

Godziny otwarcia:

Poniedziałek-piątek: 10.00 – 17.00

Zestawienie bibliograficzne:

„Siła relacji w erze samotności” (ze zbiorów Pedagogicznej Biblioteki Wojewódzkiej w Rzeszowie)

Książki:

1. **5 typów osobowości, które mogą zniszczyć Ci życie** / Biil Eddy ; tłumaczenie Alicja Laskowska. - Kraków : Znak Koncept, 2021.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68935
2. **Alfabet empatii : żyj w zgodzie ze sobą i innymi : porozumienie bez przemocy w praktyce** / Vesna Lorenc, Joanna Berendt. - Wydanie II. - Gliwice : Sensus, 2024.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69027
Filia Sędziszów Sygnatura: BSdzW 49729
3. **Bliskość : jak budować dobre relacje w związku, w pracy i z przyjaciółmi** / Rachel DeAlto ; przełożyła Agnieszka Sobolewska. - Kraków : Wydawnictwo Literackie, 2023.
Biblioteka Rzeszów Sygnatura: WypRz 251257
4. **Co mógłbyś (od)powiedzieć? : ćwiczenia kształtujące umiejętności społeczne** / Amanda Hopkins ; [opracowanie merytoryczne i graficzne Magdalena Hinz]. - Wydanie III. - Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2023.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68779
5. **Cyfrowa mowa ciała : jak skutecznie komunikować się w cyfrowym świecie** / Erica Dhawan ; tłumaczenie Tomasz Macios. - Kraków : Znak Litera Nova, 2022.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68514
Filia Strzyżów Sygnatura: BStWy 39158
6. **Człowiek, który pomylił swoją pracę z życiem : jak pozbyć się bagażu emocjonalnego w pracy** / Naomi Shragai ; tłumaczenie Agnieszka Sobolewska. - Kraków : Znak Litera Nova, 2022.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68447
Filia Strzyżów Sygnatura: BStWy 495 U
Filia Sędziszów Sygnatura: BSdzW 49099
7. **Dbałość : o komunikowaniu swoich potrzeb, stawianiu granic i wolności bycia sobą** / Nedra Glover Tawwab ; [przekład Stanisław Bończyk]. - Warszawa : Muza, 2022.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68450
8. **Dialog motywujący : jak pomóc ludziom w zmianie i rozwoju** / William R. Miller, Stephen Rollnick ; tłumaczenie Joanna Gołąb. - Wydanie drugie. - Kraków : Uniwersytet Jagielloński, 2025.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69391
Biblioteka Rzeszów Sygnatura: WypRz 252498

Biblioteka Rzeszów Sygnatura: WypRz 252498

Filia Łańcut Sygnatura: BŁWyp 39518

9. **Jak pracować zdalnie i nie zwariować** / Aleksandra Pogorzelska, Patryk Wójcik, Barbara Wójcik. - Gliwice : Onepress, 2020.
Filia Sędziszów Sygnatura: BSdzW 48493
10. **Jak to powiedzieć? : rozmawiaj z odwagą, życzliwością i zaangażowaniem** / Łada Drozda. - Gliwice : Helion S.A., 2021.
Biblioteka Rzeszów Sygnatura: WypRz 249373
11. **Kod emocji : jak uwolnić zablokowane emocje i cieszyć się zdrowiem, szczęściem oraz miłością** / Bradley Nelson ; przedmowa Tony Robbins ; przekład Katarzyna Babicz. - Wydanie I, dodruk IV. - Łódź : Galaktyka, 2024.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69030
Filia Łańcut Sygnatura: BŁWyp 39207
12. **Moc przyjaźni : jak budować trwałe relacje w dorosłym życiu** / Lane Moore ; przekład Marta Szafrąńska-Brandt. - Kraków : Wydawnictwo Znak, 2025.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69350
13. **Mosty zamiast murów : o budowaniu porozumienia** / [autorzy : Beata Bernatek, Cecylia Hajduk, Agata Olszak-Szymula, Waław Srebro, Izabela Szczepaniak-Wiecha]. - Tarnów : Fundacja Alegoria, 2021.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68364
14. **(Naprawdę!) dobrze Cię widzieć : niezbędnik przetrwania dla nieporadnych społecznie** / Nicolas Méra ; [przekład: Krystyna Szeżyńska-Maćkowiak]. - Warszawa : Muza, 2024.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68990
15. **Nierozprasalni : jak panować nad uwagą i decydować o swoim życiu** / Nir Eyal ; tłumaczenie Piotr Cieślak. - Gliwice : Onepress, 2020.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68090
16. **Nie daj sobie wejść na głowę : jak pozostać sobą w kulturze zapier**lu** / Jarosław Gibas. - Gliwice : Sensus, 2022.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68470
17. **Nie taka praca straszna, jak ją malują : doradztwo zawodowe w praktyce : 25 scenariuszy zajęć dla uczniów klas: I-III, IV-VI, VII-VIII** / Ewelina Kasalik-Kowal, Katarzyna Kielisiak, Monika Kreft, Aleksandra Osuch, Katarzyna Płuska, Anna Sarczyńska, Julia Szytk, Dorota Żebrowska. - [Warszawa] : [Wiedza i Praktyka sp. z o.o.], [2025].
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69352
Biblioteka Rzeszów Sygnatura: WypRz 252399
18. **Nie wszyscy muszą cię lubić : przestań szukać aprobaty innych i żyj pełnią życia** / Susie Moore ; [tłumaczenie - Dominika Kielan]. - Poznań : Publicat Wydawnictwo, 2022.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68855
19. **Obecność społeczna : jak skutecznie zarządzać uwagą** / Jeanine W. Turner ; tłumaczyła Magdalena Kunz. - Warszawa : PWN, 2024.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69392
20. **Potęga dobrej komunikacji w zespole : o trudnej sztuce pokornego zadawania pytań** / Edgar H. Schein ; przekład Paulina Zagórska. - Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2019.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 67925
Filia Strzyżów Sygnatura: BStWy 38981
21. **Pracuj mądrze** / Jakub Czarodziej. - Kraków : Flow Books, 2022.
Filia Łańcut Sygnatura: BŁWyp 38639
22. **Pracuj zdalnie, żyj normalnie : poczuj wolność wyboru jak, gdzie i kiedy chcesz pracować** / Iwo Szapar. - Warszawa : Wielka Litera, 2021.
Filia Łańcut Sygnatura: BŁWyp 38497
23. **Przebudźcowani : szukając siebie w świecie nadmiaru** / Urszula Sołtys-Para. - Gliwice : Sensus, 2024.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69010
24. **Psychologia wpływu : 10 cech, które pomogą ci oddziaływać na ludzi** / Brian Tracy ; przekład: Anita Doroba. - [Warszawa] : MT Business, 2025.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69320

25. **Recepta na szczęście czyli Jak zadbać o siebie, zmniejszyć stres i cieszyć się życiem** / Robyn Gobin ; przekład Anna Bereta-Jankowska. - Warszawa : Zwierciadło, 2022.
Filia Leżajsk Sygnatura: BLŻWy 37260
26. **Relacje, które niszczą : jak zerwać toksyczne więzi rodzinne i uzdrowić swoje życie** / Sherrie Campbell ; [przekład: Agata Błaż]. - Sopot : GWP, 2024.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69002
Filia Sędziszów Sygnatura: BSdzW 49829
Filia Łañcut Sygnatura: BŁWyp 39124
Filia Leżajsk Sygnatura: BLŻWy 37261
27. **Siła empatii : 7 zasad zmieniających życie, pracę i relacje** / Helen Riess wraz z Liz Naporent ; przełożyła Marta Komorowska ; z przedmową Alana Aldy. - Warszawa : Edgard, 2019.
Filia Strzyżów Sygnatura: BStWy 231 U
28. **Siła kobiet : jak wzmacniać pozycję kobiet w miejscu pracy** / Parves Khan ; [tłumaczenie Anna Andrychowicz-Słowik]. - Warszawa : Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, 2025.
Filia Łañcut Sygnatura: BŁWyp 39498
29. **Siła komunikacji : odkryj sekret rozmów, które łączą** / Charles Duhigg ; przekład Małgorzata Guzowska. - Warszawa : PWN, 2024.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68959
Biblioteka Rzeszów Sygnatura: WypRz 251322
Filia Łañcut Sygnatura: BŁWyp 39157
Filia Sędziszów Sygnatura: BSdzW 49961
30. **Sprawność emocjonalna** / Susan David ; przekład Dariusz Rossowski. - Wydanie II. - Łódź : Wydawnictwo JK, 2022.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68584
Filia Łañcut Sygnatura: BŁWyp 38730
31. **Sztuka budowania dobrych relacji : jak wyrażać swoje potrzeby, rozwiązywać konflikty i dbać o równowagę** / Rick Hanson ; przekład: Joanna Sugiero. - Sopot : GWP, 2025.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69257
32. **Sztuka budowania relacji : jak nawiązywać kontakty i zdobywać zaufanie** / Dale Carnegie & associates ; przekład: Anna Zawia, Tadeusz Zawia. - Gliwice : Onepress, 2023.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68761
33. **Sztuka słuchania : jak słuchać i budować udane relacje** / Mary E. Siegel, Paul J. Donoghue ; przełożył Jacek Bielas. - Wydanie drugie. - Kraków : MANDO, 2023.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69090
34. **Świat emocji : jak tworzyć relacje w wielokulturowym społeczeństwie** / Batja Mesquita ; tłumaczenie Kinga Wołoszyn. - Kraków : Copernicus Center Press, 2023.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 69005
35. **Toksyczne emocje** / Bernardo Stamateas ; przekład Barbara Sławomirska. - Warszawa : Bellona, 2020.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68052
36. **Wysoko wrażliwi w toksycznej relacji : wykorzystaj techniki CBT i DBT, aby stawiać zdrowe granice, radzić sobie z manipulacją i zadbać o swoją wyjątkowość** / Shahida Arabi ; przekład: Ilona Jurkiewicz-Buchała. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2022.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68552
Filia Sędziszów Sygnatura: BSdzW 49063
37. **Wywieranie wpływu na ludzi : psychologia perswazji** / Robert B. Cialdini ; przekład: Sylwia Pikiel. - Sopot : GWP, 2023.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68768
38. **Z kim ja muszę pracować?! : instrukcja obsługi trudnych osobowości** / Per Henrik Stenstrøm ; z norweskiego przełożyła Małgorzata Rost. - Warszawa : Wielka Litera, 2021.
Biblioteka Rzeszów Sygnatura: WypRz 250779
39. **Zdrowe granice - zdrowe relacje** / Sharon Martin ; przekład: Agnieszka Pałynyczko-Ćwiklińska. - Wydanie pierwsze w języku polskim 2023 rok. - Sopot : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2023.
Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68971
Filia Kolbuszowa Sygnatura: BKWyp 51197

40. **Zrozumieć uczucia i emocje** / Andrew Fuller, Sam Fuller ; tłumaczenie: Marta Komorowska. - Warszawa : Zwierciadło, 2022.

Filia Mielec Sygnatura: BMWyp 68560

Filia Kolbuszowa Sygnatura: BKWyp 50988

Artykuły:

1. **A po co komu relacje?** / Marta Matuszewska.// Meritum. - 2021, nr 2, s. 110-115
2. **Budowanie dobrych relacji w pracy** / Małgorzata Łoskot.// Głos Pedagogiczny. - 2019, nr. 5, s. 3-6
3. **Co by było, gdybyśmy zaczęli się odważać? : o tym, skąd czerpać siłę, aby ćwiczyć się w odwadze, jak zmniejszać poczucie leku przed odrzuceniem i akceptować siebie** / rozmawiają Joanna Chmura i Edyta Żmuda.// Charaktery. - 2022, nr 8 , s. 64-69
4. **Czy jest konflikt w Twoim zespole?** / Agnieszka Gibalska-Dembek.// Magazyn Pielęgniarki i Położnej. - 2025, nr 3, s. 34-35
5. **Czy jest zaangażowanie w Twoim zespole?** / Agnieszka Gibalska-Dembek.// Magazyn Pielęgniarki i Położnej. - 2025, nr 4, s. 38-39
6. **Czy jest zaufanie w Twoim zespole?** / Agnieszka Gibalska-Dembek.// Magazyn Pielęgniarki i Położnej. - 2025, nr 1-2, s. 62-63
7. **Czy możliwe jest budowanie relacji w edukacji zdalnej?** / Jacek Pyżalski.// Meritum. - 2020, nr 3, s. 7-12
8. **Dlaczego w relacjach warto być szczerym?** / Adam Zamełka.// Charaktery. - 2023, nr 9-10, s. 76-80
9. **Doskonalenie komunikacji** / Małgorzata Pomianowska.// Dyrektor Szkoły. - 2023, nr 12, s. 57
10. **Emocje są profesjonalne, czyli jak trening interpersonalny może pomóc rozwiązywać problemy w relacjach z ludźmi** / Ryszard Kulik.// Psychologia w Praktyce : zawodowe czasopismo dla psychologów i psychoterapeutów. - 2022, nr 2, s. 50-56
11. **Emocje w roli głównej, czyli jak zachować spokój?** / Edyta Jagodzińska-Pawluk.// Charaktery. - 2025, nr 1-2, s. 70-72
12. **Empatia w epoce niedoczasu** / Tomasz Kozłowski.// Dyrektor Szkoły. - 2020, nr 10, s. 29-33
13. **Jak mówić o swoich potrzebach w relacji, aby nas usłyszano?** / Anna Garbacz. - 2023. // Charaktery. - 2023, nr 5, s. 40-43
14. **Jak poczucie przynależności zabezpiecza nas przed wykluczeniem?** / Agnieszka Wilczyńska. - 2020. // Charaktery. - 2020, nr 8, s. 12-18
15. **Jak powrócić do samego siebie? : o empatycznej komunikacji ze sobą i z innymi** / Ewa Kruchowska. - 2022. // Głos Pedagogiczny. - 2022, nr 132, s. 55-58
16. **Kiedy pracujesz z kimś, kogo nie lubisz...** / Bianca-Beata Kotoro. - 2024. // Magazyn Pielęgniarki i Położnej. - 2024, nr 10, s. 44-45
17. **Komunikacja w miejscu pracy oparta na współczuciu** / Jamie Baum, Russell Kolts. - 2023. // Charaktery. - 2023, sierpień (wydanie specjalne: mindfulness), s. 32-39
18. **Komunikacja w naszej pracy** / Alina Juraszek-Basa. - 2022.// Magazyn Pielęgniarki i Położnej. - 2022, nr 10, s. 36-37
19. **Kontakt na odległość : czego nas uczą filozofowie i mistycy ? Refleksja pedagogiczna** / Krzysztof Andrzej Wojcieszek, Dawid Lipski. - 2023.// **Spółeczeństwo 4.0 a edukacja : szanse, wyzwania, zagrożenia.** - Słupsk : Akademia Pomorska w Słupsku, 2023. - S. 11-21
Biblioteka Rzeszów Sygnatura: WypRz 251351
Filia Strzyżów Sygnatura: BStWy 39399
20. **Odpowiedzialne przywództwo, zwinne zespoły, innowacyjne organizacje** / Wiesława Serkowska. - 2023. // Charaktery. - 2023, sierpień (wydanie specjalne: mindfulness), s. 15-22
21. **Osoby o trudnej osobowości - jak z nimi żyć?** / Maria Engler. - 2025.// Remedium. - 2025, nr 6, s. 22-24
22. **Osoby o trudnej osobowości - jak z nimi żyć? (cz. 2)** / Maria Engler. - 2025.// Remedium. - 2025, nr 7-8, s. 54-56
23. **Relacje - kształcenie - (po)rozumienie: budowanie wirtualnych społeczności uczących się nie tylko w dobie pandemii** / Katarzyna Borowska-Kalbarczyk. - 2022. // Kultura i Edukacja. - 2022, nr 1, s. 11-32
24. **Relacje na odległość** / Jarosław Kordziński. - 2021.// Wychowanie w Przedszkolu. - 2021, nr 4, s. 43
25. **RELACJE - RAMA - RYTUAŁ : dlaczego w świecie cyfrowym tak ważne są osobiste więzi i co ma do tego wspólne spożywanie posiłków?** / Maciej Dębski. - 2019. // Meritum. - 2019, nr 3, s. 2-9