

## FONOHOLIZM

Problemowe korzystanie z telefonu,  
uzależnienie od telefonu, uzależnienie od smartfona,  
nomofobia

### Zestawienie bibliograficzne w wyborze za lata 2003-2021

#### WYDAWNICTWA ZWARTE (książki)

(Książki dostępne w Bibliotece Pedagogicznej w Piotrkowie Trybunalskim i/lub jej Filiach)

BURKA Hilda : ***Jak rozpoznać i pokonać uzależnienie od smartfona : praktyczne wskazówki i ćwiczenia.*** – Wydanie I. – Warszawa : Zwierciadło, 2021.  
**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 112862**

MINER Julianna : ***Smartfonowe dzieciaki : dla rodziców, których dzieci wychowują się w świecie smartfonów*** / tłumaczenie Paweł Grysztar. – Oświęcim : Wydawnictwo Bez Fikcji, 2020.  
**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 112313**

PIERSA Krzysztof : ***Złota rybka w szambie : jak pokonać uzależnienie od smartfona i Internetu.*** – Wydanie pierwsze. – Warszawa : Jaguar, 2020.  
**Wypożyczalnia Opoczno: sygnatura 34437**

SPITZER Manfred : ***Epidemia smartfonów : czy jest zagrożeniem dla zdrowia, edukacji i społeczeństwa?*** / przełożyła Małgorzata Guzowska. – Słupsk ; Warszawa : Wydawnictwo Dobra Literatura, 2021. – (Kontrasty i Kontrowersje).  
**Wypożyczalnia Bełchatów: Sygnatura: 35818**

#### ARTYKUŁY Z PRAC ZBIOROWYCH / ROZDZIAŁY

(Książki dostępne w Bibliotece Pedagogicznej w Piotrkowie Trybunalskim i/lub jej Filiach)

AUGUSTYNEK Andrzej : ***Jak walczyć z uzależnieniami?*** – Warszawa : Difin, 2011. – **S. 92-94** : *Telefon komórkowy.*  
Charakterystyka osób uzależnionych od telefonu. Formy oraz terapia uzależnienia od telefonu.  
**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 101703**  
**Wypożyczalnia Opoczno: sygnatura 30290**  
**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 36288**  
**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 41925**

AUGUSTYNEK Andrzej : ***Psychopatologia człowieka dorosłego.*** – Warszawa : "Difin", 2015. – **S. 165-198** : *Uzależnienia od czynności [rozdział 10].*  
Fragment rozdziału dotyczy uzależnienia od telefonu komórkowego – charakterystyczne cechy zachowania osób uzależnionych, podstawowe formy uzależnienia od telefonu, terapia uzależnienia (s. 186-188).  
**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 105366**  
**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 32792**  
**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 43006**

GUERRESCHI Cesare : **Nowe uzależnienia** / wstęp Mario Marazziti ; przełożyła Anna Wieczorek-Niebielska. – Kraków : Salwator, 2005. – S. 197-221 : Rozdział VI, *Uzależnienie od telefonu komórkowego*.

Artykuł zawiera m.in.: rodzaje i skutki uzależnienia od telefonu, charakterystyka osób uzależnionych od Internetu, leczenie i zapobieganie.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 93553**

**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 29355**

**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 37877**

GUERRESCHI Cesare : **Nowe uzależnienia** / wstęp Mario Marazziti ; przeł. Anna Wieczorek-Niebielska. - Wyd. 2. - Kraków : "Salwator", 2010. – S. 197-221 : Rozdział VI, *Uzależnienie od telefonu komórkowego*.

**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 41581, 41582**

HOŁYST Brunon : **Zagrożenia ładu społecznego. [T.] 2.** – Warszawa : Państwowe Wydawnictwo Naukowe PWN, 2014. - S. 157-181 : *Zachowania kompulsywne związane z używaniem mediów elektronicznych*.

**Czytelnia Piotrków: sygnatura 103973 W**

**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 36493**

**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 42814**

IGNATOWSKI Grzegorz : *Smartfoholizm - między uzależnieniem a patologią społeczną* // W: **Ład i patologie w przestrzeni społecznej** / redakcja Ewa Stroińska i Michał Skorzycki. – Łódź ; Warszawa : Wydawnictwo Społecznej Akademii Nauk, 2016. – (Studia i Monografie ; nr 70). – S. 145-154.

**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 34071**

IZDEBSKI Paweł : *Problemowe korzystanie z telefonów komórkowych – nomofobia* // W: **Internet i gry internetowe : osobisty rozwój czy ryzyko patologii zachowania?** – Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, copyright 2019. – S. 110-119.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 112325**

KOZAK Stanisław : **Patologia fonoholizmu : przyczyny, skutki i leczenie uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonu komórkowego.** – Warszawa : "Difin", 2013. – S. 77-97 : *Fonoholizm, nowe groźne uzależnienie od telefonów komórkowych*.

Fonoholizm - skutki moralne i zdrowotne. Specyfika uzależnienia od telefonu komórkowego. Internetoholizm a fonoholizm. Fazy i etapy uzależnień od Internetu. Objawy uzależnień od komputera i Internetu wśród dzieci, młodzieży i dorosłych. Fonoholizm w ujęciu interdyscyplinarnym. Fonoholizm - pojęcie, rodzaje, przyczyny, objawy, zagrożenia, syndrom STW (Syndrom wyłączanego telefonu). Niektóre grupy ryzyka podatne na fonoholizm.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 102946**

**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 32603**

**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 36258**

**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 42481**

KOZAK Stanisław : **Patologia fonoholizmu : przyczyny, skutki i leczenie uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonu komórkowego.** - Warszawa : "Difin", 2013. - S. 97-122 : *Diagnoza fonoholizmu, metody i wyniki badań interdyscyplinarnych nad skutkami nadmiernego korzystania z telefonów komórkowych*

Cechy charakterystyczne osób (dzieci, młodzieży i dorosłych) uzależnionych od telefonu komórkowego. Fakty i mity dotyczące fonoholizmu. Diagnoza fonoholizmu - kwestionariusz ankiety. Przyczyny i skutki uzależnienia od telefonu komórkowego. Podstawowe zasady używania telefonów komórkowych. Rola telefonu w życiu nastolatka.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 102946**

**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 32603**

**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 36258**

**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 42481**

KOZAK Stanisław : **Patologia cyfrowego dzieciństwa i młodości : przyczyny, skutki, zapobieganie w rodzinach i szkołach.** – Wydanie pierwsze. – Warszawa : Difin, 2014. – (Engram). – S. 164-185 : *Fonoholizm – uzależnienie od telefonów komórkowych dzieci i młodzieży : atrakcje i niebezpieczeństwa*.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 104518**

**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 32664**

**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 36626**

**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 42913**

KOZAK Stanisław : **Patologia fonoholizmu : przyczyny, skutki i leczenie uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonu komórkowego**. - Warszawa : "Difin", 2013. - **S. 188-192** : *Czy infoholizm i fonoholizm mają cechy wspólne?*

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 102946**  
**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 32603**  
**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 36258**  
**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 42481**

KOZAK Stanisław : **Patologia fonoholizmu : przyczyny, skutki i leczenie uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonu komórkowego**. - Warszawa : "Difin", 2013. - **S. 222-225** : *Patologiczne i kliniczne przypadki funkcjonowania osobowości dzieci, młodzieży i dorosłych w cyberprzestrzeni.*

Profile osobowości (zespół cech) fonoholików i ich zachowania.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 102946**  
**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 32603**  
**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 36258**  
**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 42481**

KOZAK Stanisław : **Patologia fonoholizmu : przyczyny, skutki i leczenie uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonu komórkowego**. - Warszawa : "Difin", 2013. - **S. 226-234** : *W jaki sposób rodzice mogą pomóc dzieciom i młodzieży w ograniczaniu i leczeniu fonoholizmu.*

Działania profilaktyczne rodziców, szkoły i nauczycieli - wypowiedzi studentów. Telefon komórkowy w autoprezentacji hipsterów na świecie i w Polsce (fragmenty publikacji pt. "Alfabet hipstera").

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 102946**  
**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 32603**  
**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 36258**  
**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 42481**

KOZAK Stanisław : **Patologia fonoholizmu : przyczyny, skutki i leczenie uzależnienia dzieci i młodzieży od telefonu komórkowego**. - Warszawa : "Difin", 2013. - **S. 234-237** : *Leczenie internetoholizmu i fonoholizmu na świecie i w Polsce.*

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 102946**  
**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 32603**  
**Wypożyczalnia Radomsko: sygnatura 36258**  
**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 42481**

KRZYŻAK-SZYMAŃSKA Ewa : **Patologiczne używanie nowych technologii przez młodzież [rozdział 4] // W: Bezpieczeństwo w warunkach zmian społecznych, cywilizacyjnych i kulturowych / red. nauk. Sylwester Bębas, Paweł Kowalski**. - Piotrków Trybunalski : Wyższa Szkoła Handlowa im. Króla Stefana Batorego, 2014. - **S. 407-426**

Artykuł zawiera podrozdział 4.4 pt.: Cechy patologicznego używania telefonu komórkowego - wyniki i wnioski z badań przeprowadzonych wśród uczniów szkół ponadpodstawowych (s. 416-422).

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 104408**

KRZYŻAK-SZYMAŃSKA Ewa, SZYMAŃSKI Andrzej : **Nowe wyzwania profilaktyki w kontekście zagrożeń dzieci i młodzieży [rozdział 10] // W: Zagrożenia cyberprzestrzeni i świata wirtualnego / pod red. nauk. Józefa Bednarka, Anny Andrzejewskiej**. Warszawa : "Difin", 2014. - **S. 198-220**.

Artykuł zawiera podrozdział 10. 5 pt. Profilaktyka fonoholizmu wśród dzieci i młodzieży (s. 213-215).

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 104124**  
**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 42732**

MALINOWSKA Anita, ORŁOWSKA Natalia : **Współcześni wychowawcy wobec nowych zagrożeń dla procesu wychowania // W: O wychowawcach i wychowaniu : perspektywa myślenia pedagogicznego / redakcja Ewa Kubiak-Szymborska**. - Bydgoszcz : Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, 2010. - **S. 202-213**.

Fragment artykułu pt. „Komórkomania, czyli niemożność życia bez telefonu” dotyczy fonoholizmu (s. 210-211).

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 99739**

MODRZYŃSKI Robert : **Nowe uzależnienia młodego pokolenia : od przyjemności do przymusu**. - Wydanie pierwsze. - Warszawa : Wydawnictwo Difin, 2021. - **S. 118-142** : [Rozdział] 6, *Smombie i nomofobia : nałogowe korzystanie ze smartfona*

Skala zjawiska fonoholizmu wśród młodzieży. Wymiary doświadczeń związanych z używaniem smartfonów - przedłużenie własnej osoby, uzewnętrznienie tożsamości, stała łączność, pośrednie budowanie intymności w związku, potwierdzenie wydarzeń. Rozpoznanie problemowego używania telefonu komórkowego. Nomofobia - zaburzenie XXI wieku. Konsekwencje nadmiernego korzystania ze smartfona - wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne. Czynniki ryzyka nadużywania smartfona.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 112849**

**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 35838**

**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 44472**

OGONOWSKA Agnieszka : **Uzależnienia medialne : uwarunkowania, leczenie, profilaktyka**. – Wydanie II poszerzone. – Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne, 2018. – (Psychologia Stosowana). – **S. 79-80** : Uzależnienie od telefonu komórkowego/smartfona.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 112317**

OGONOWSKA Agnieszka : **Uzależnienia medialne czyli O patologicznym wykorzystaniu mediów i ich wpływie na nasze zdrowie oraz życie naszych dzieci**. – Kraków : Wydawnictwo Edukacyjne, 2014. – (Psychologia Stosowana). – **S. 60-61** : Uzależnienie od telefonu komórkowego.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 105360**

**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 32843**

PTASZEK Anna : **Wpływ fonoholizmu na bezpieczeństwo społeczne // W: Bezpieczeństwo w cyberprzestrzeni : wybrane zagadnienia** / redakcja naukowa: Magdalena Molendowska, Rafał Miernik. – Toruń : Wydawnictwo Adam Marszałek, 2020. – **S. 313-328**.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 112990**

SARZAŁA Dariusz : **Telefon komórkowy jako nowe źródło uzależnień // W: Człowiek i uzależnienia /** redakcja naukowa Mariusz Jędrzejko, Dariusz Sarzała. – Warszawa ; Pułtusk : Akademia Humanistyczno im. Aleksandra Gieysztor, 2010. – (Człowiek i Zagrożenia). – **S. 219-238**.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 103248**

SARZAŁA Dariusz, JĘDRZEJKO Mariusz Z. : **Telephone zombie : zjawisko fonoholizmu wśród uczniów jako nowa przestrzeń cyberzaburzeń [rozdział 1.2.] // W: Pedagogika i profilaktyka społeczna : nowe wyzwania, konteksty, problemy** / redakcja naukowa: Mariusz Z. Jędrzejko i Adam Szwedzik. – Warszawa : Oficyna Wydawnicza von Velke 2018. – **S. 75-101**.

Fonolizm jako przykład cyberzaburzeń (specyficzne cechy zachowania fonoholika), skutki cyberzaburzeń – fonoholizmu (m. in. syndrom odstawienia, zaburzenia procesu edukacji), etiologia zjawiska, profilaktyka fonoholizmu a środowisko rodzinne i szkolne.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 110804**

**Wypożyczalnia Bełchatów: sygnatura 34721**

**Wypożyczalnia Tomaszów: sygnatura 44268**

SZAŁAŃSKI Jan : **Uzależnienia młodzieży uczącej się od komputera, Internetu, telefonu komórkowego i gier komputerowych jako czynnik kryminogenny // W: Uzależnienia oraz związane z nimi zagrożenia społeczne** / pod red. Doroty Pstrąg. – Rzeszów : Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, 2014. – (Patologia Społeczna). – **S. 33-58**.

**Wypożyczalnia Piotrków: sygnatura 104307**

## ARTYKUŁY Z CZASOPISM

(Artykuły dostępne w Czytelnii Biblioteki Pedagogicznej w Piotrkowie Trybunalskim i/lub jej Filiach)

BARANOWSKA Aneta : **Fonoholizm wśród uczniów // Wychowawca. – 2016, nr 2, Nowe uzależnienia, s. 20-21.**

BIAŁECKA Bogna : **Czy twój smartfon Cię tresuje? // Wychowawca. – 2019, nr 5, s. 29**

BOGDAŃSKA Joanna, STĘPIEŃ Agnieszka : **Boli, oj boli SMS-owa szyja // Charaktery. – 2018, nr 11, s. 60-63.**

DĘBSKI Maciej : **Fonoholizm : problemowe korzystanie ze smartfonów jako negatywny przejaw funkcjonowania w społeczeństwie cyfrowym // Serwis Informacyjny. Uzależnienia. – 2017, nr 2, s. 38-45.**

Nowe media - przemiany współczesnego społeczeństwa. Problematyka e-uzależnień. Negatywne skutki korzystania z telefonu komórkowego. Uzależnienia od smartfona - najważniejsze symptomy.

DĘBSKI Maciej : **Trudności uczniów w świecie cyfrowym : co ma problemowe korzystanie ze smartfonów do nauki i innych kwestii szkolnych? // Meritum. – 2017, nr 3, s. 91-98.**

DZIUBAK Ewa : **Telefon komórkowy - towarzysz życia dzieci i młodzieży // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. – 2019, nr 4, s. 20-29.**

- FIGURSKA Martyna: *Haloooo... tu fonoholik* // **Charaktery.** – 2012, nr 4, s. 82-85.
- FRASUNKIEWICZ Maciej: *Fonoholizm – choroba XXI wieku* // **Dyrektor Szkoły.** – 2019, nr 3, s. 48-51.
- GAŁĄZKA Ewa : *Jak zapobiegać fonoholizmowi?* // **Wychowawca.** – 2016, nr 2, s. 22.
- GARSTKA Tomasz : *Uzależnienie od bycia na czasie* // **Dyrektor Szkoły.** – 2016, nr 8, s. 54-57.
- GOETZ Magdalena : *Fomo -nowa choroba cywilizacyjna?* // **Biologia w Szkole.** – 2019, nr 2, s. 25-29.
- GÓZDŹ Joanna, CHARZYŃSKA Edyta : *Socjodemograficzne i psychospołeczne korelaty korzystania z telefonu komórkowego i jego problematycznego używania* // **Chowanna.** – 2014, nr 1, s. 141-162.
- GUZOWSKA Ewa : *Zagrożenia wynikające z korzystania z telefonów komórkowych* // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** – 2015, nr 7, s. 46-50.
- HOFFMANN Beata : *Fonoholizm* // **Remedium.** – 2013, nr 7/8, s. 5-7.
- KRZYŻAK-SZYMAŃSKA Ewa, SZYMAŃSKI Andrzej : *Problemowe korzystanie z telefonu komórkowego przez młodzież z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu lekkim* // **Świat Problemów.** – 2020, nr 12, s. 20-23.
- KUBIŃSKA Klaudia : *Fonoholizm gimnazjalistów?* // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** – 2010, nr 10, s. 45-49.
- KWIATEK Piotr: *Od FOMO do JOMO* // **Charaktery.** – 2019, nr 5, s. 54-56.
- MAMROŁ Andrzej : *Telefon komórkowy – szanse i zagrożenia w edukacji uczniów szkół gimnazjalnych* // **Nowa Szkoła.** – 2015, nr 3, s. 20-27
- MODRZEJEWSKA Beata : *FOMO i fonoholizm* // **Świat Problemów.** – 2020, nr 1, s. 30-32.
- MODRZEJEWSKA Beata : *Smartfony, zagrożenia, kampanie społeczne – czy możemy być ostrożniejsi?* // **Świat Problemów.** – 2020, nr 3, s. 7-9.
- MYSIOR Radosław : *Fonoholizm : w kręgu uzależnienia* // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** – 2015, nr 10, s. 28-33.
- NOVOTNEY Amy: *Smartfon kontra dziecko* // **Charaktery.** – 2016, nr 7, s. 38-41.
- PAWŁOWSKA Sylwia : *FOMO – czy jest się czego bać?* // **Remedium.** – 2020, nr 1, s. 5-7.
- PAWŁOWSKA Sylwia : *Fonoholizm, „smartwica” – choroby „cyfrowych tubylców”* // **Remedium.** – 2019, nr 5, s. 14-16.
- RAFAŁOWICZ Wioletta : *Telefon komórkowy – przyjaciel czy wróg ucznia : scenariusz lekcji wychowawczej w gimnazjum* // **Wychowawca.** – 2013, nr 7/8, s. 44-46.
- SOLARZ Małgorzata : *Telefonia komórkowa – pożytek czy zagrożenie? : konspekt zajęć z edukacji ekologicznej dla gimnazjum* // **Wszystko dla Szkoły.** – 2003, nr 11, s. 10-11.
- STĘPIEŃ-REJSZEL Kamila Olga : *Media elektroniczne a emocje najmłodszych : tablet, smartfon, wróg czy przyjaciel w kształtowaniu rozwoju emocji?* // **Wychowanie w Przedszkolu.** – 2019, nr 5, s. 5-10.
- TROJAN Elżbieta : *Fonoholizm : (zestawienie bibliograficzne w wyborze)* // **Wychowawca.** – 2016, nr 2, s. 22.
- WIADEREK Wioletta: *Gdy brak zasięgu* // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** – 2012, nr 7, s. 49-50.
- WIADEREK Wioletta : *Ratunku, brak zasięgu! : fonoholizm, czyli uzależnienie od telefonu komórkowego* // **Głos Nauczycielski.** – 2012, nr 15, s. 15.

WIECZOREK Zbigniew : *Nowe technologie jako substytut bliskości : problematyka korzystania ze smartfonów w perspektywie analizy transakcyjnej* // **Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze.** – 2018, nr 8, s. 35-41.

WOJCIECHOWSKA-NARLOCH Justyna : *Szlaban dla smartfona* // **Głos Nauczycielski.** – 2019, nr 5, s. 13.

WOLIŃSKA Iwona : *Nomofobia – nowa choroba cywilizacyjna* // **Biblioteka w Szkole.** – 2019, nr 2, s. 4-6.

## PUBLIKACJE DOSTĘPNE W IBUK LIBRA

<https://libra.ibuk.pl>

IBUK Libra - wirtualna czytelnia Wydawnictwa Naukowego PWN z całodobowym dostępem online do publikacji naukowych (książek i czasopism) z różnych dziedzin wiedzy.

Możliwość bezpłatnego korzystania na dowolnym komputerze, po otrzymaniu w bibliotece kodu PIN do zalogowania się.

JARCZYŃSKA Jolanta : *Profilaktyka uzależnień młodzieży od nowych mediów / sieciologizm, socjomania internetowa, fonoholizm* [online] // W: **Młodzież między ochroną a ryzykiem : wspieranie rozwoju oraz pomoc psychologiczno-pedagogiczna dla adolescentów i adolescentek.** – Poznań : Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza. – S. 333-353.  
<https://libra.ibuk.pl/toc/187856>

KOPSZTEJN Maria : *Fonoholizm – mit czy zagrożenie?* [online] // W: Szeligiewicz-Urban Danuta, Matusiek Beata Kopsztejn Maria : **Uczeń i nauczyciel w zderzeniu z cyberprzestrzenią** [online]. – Wyższa Szkoła Humanitas ; IBUK Libra, 2018. – S. 22-31. <https://libra.ibuk.pl/reader/uczen-i-nauczyciel-w-zderzeniu-z-cyberprzestrzenia-danuta-szeligiewicz-urban-202092>

PIERSA Krzysztof : **Złota rybka w szambie : jak pokonać uzależnienie od smartfona i Internetu** [online]. – Wydanie pierwsze. – Warszawa : Jaguar, 2020. <https://libra.ibuk.pl/reader/zlota-rybka-w-szambie-jak-pokonac-uzaleznienie-od-smartfona-i-krzysztof-piersa-228526>

## ACADEMICA

**Cyfrowa wypożyczalnia międzybiblioteczna książek i czasopism naukowych**

<https://academica.edu.pl/>

Publikacje chronione prawem autorskim,  
są dostępne online w czytelnich BN  
oraz na dedykowanych terminalach w bibliotekach należących do systemu Academica  
(rezerwacja w Bibliotece Pedagogicznej i jej Filiach)

BARABAS Magdalena : **Fonoholizm zagrożeniem dla rozwoju dzieci i młodzieży = Mobile phone dependence as a threat to child and adolescent development** [online] // W: Edukacja, Technika, Informatyka : teoretyczne i praktyczne problemy edukacji technicznej i zawodowej. – 2018, nr 2, s. 92-97.

CZERSKI Wojciech : **Nomofobia – szczególnie groźna odmiana uzależnienia od telefonu komórkowego = Nomophobia – a particularly dangerous form of mobile phone addiction** [online] // Edukacja, Technika, Informatyka. – 2018, nr 3, s. 212-217.

CZERSKI Wojciech : **Zjawisko uzależnienia od smartfona dzieci i młodzieży w świetle wybranej literatury = The phenomenon of smartfon addiction of children and youth in literature research** [online] // Edukacja, Technika, Informatyka : teoretyczne i praktyczne problemy edukacji technicznej i zawodowej. – 019, nr 2, s. 257-263.

**Ocena zagrożeń rozwojem uzależnienia od telefonu komórkowego wśród studentów kierunku fizjoterapia** [online] / Elżbieta Dębska [i inni] // *Pielęgniarstwo XXI Wieku : pismo nowoczesnych pielęgniarek.* – 2010, nr 3/4, s. 41-47.

**Ocena zagrożenia uzależnieniem od telefonu komórkowego wśród studentów kierunku pielęgniarstwo** [online] / Magda Chilicka [i inni] // Problemy Higieny i Epidemiologii : organ Polskiego Towarzystwa Higienicznego. – T. 91, nr 3 (2010), s. 375-380

POTEMBSKA Emilia, PAWŁOWSKA Beata : **Płeć a uzależnienie od telefonu komórkowego u gimnazjalistów** [online] // Family Medicine & Primary Care Review. – Vol. 12, nr 3 (2010), s. 800-802

POTEMBSKA Emilia, PAWŁOWSKA Beata : **Uzależnienie od telefonu komórkowego u gimnazjalistów zagrożonych uzależnieniem od Internetu** [online] // Family Medicine & Primary Care Review. – Vol. 12, nr 3 (2010), s. 803-805.

SARZAŁA Dariusz : **Fonoholizm wśród nastolatków jako nowa forma uzależnienia behawioralnego - aspekty diagnostyczne i profilaktyczne** [online] // Konińskie Studia Społeczno-Ekonomiczne : czasopismo naukowe Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Koninie. – T. 4, nr 1 (2018), s. 51-63.

WARZECHA Katarzyna : **Smartfon w edukacji i komunikacji młodzieży gimnazjalnej a zagrożenie fonoholizmem** [online] // Ekonomiczne Problemy Usług. – Nr 123 (2016), s. 345-357.

## ZASOBY ONLINE

Publikacje nie chronione prawem autorskim lub licencjonowane,  
dostępne dla każdego użytkownika Internetu.

BUKOWIECKA-JANIK Ewa, BAŃ Dorota : **A Ty, którym typem fonoholika jesteś?** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/sieciholizm/a-ty-ktorym-typem-fonoholika-jestes/>

BYJOŚ Urszula : *Zagrożenia i uzależnienia behawioralne współczesnej młodzieży : sieciholizm oraz fonoholizm* [online] // W: **Współczesne zagrożenia : wyzwania i działania** : praca zbiorowa / pod redakcją Jana Zimnego. – Stalowa Wola : Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II w Lublinie. Wydział Zamiejscowy Prawa i Nauk o Społeczeństwie w Stalowej Woli. – S. 93-100. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: [http://www.pedkat.pl/images/ksiazki/Wsp%C3%B3%C5%82czesne\\_zagro%C5%BCenia\\_-\\_wyzwania\\_i\\_dzia%C5%82ania.pdf](http://www.pedkat.pl/images/ksiazki/Wsp%C3%B3%C5%82czesne_zagro%C5%BCenia_-_wyzwania_i_dzia%C5%82ania.pdf)

DĘBSKI Maciej : **Fonoholizm – czym jest i jak mu przeciwdziałać?** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://madrzy-rodzice.pl/2016/11/fonoholizm-czym-jest-i-jak-mu-przeciwdzialac/>

DĘBSKI Maciej : **Fonoholizm - nadużywanie smartfonów Najważniejsze symptomy oraz czynniki ryzyka** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://www.zycieszkoly.com.pl/arttykul/fonoholizm-naduzywanie-smartfonow-najwazniejsze-symptomy-oraz-czynniki-ryzyka-1>

DĘBSKI Maciej : **Fonoholizm - nadużywanie smartfonów przez dzieci. Najważniejsze symptomy** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://portal.librus.pl/szkola/arttykuly/fonoholizm-naduzywanie-smartfonow-przez-dzieci-najwazniejsze-symptomy>

DĘBSKI Maciej : **Nałogowe korzystanie z telefonów komórkowych : szczegółowa charakterystyka zjawiska fonoholizmu w Polsce : raport z badań – skrót** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://dbamomojzasieg.pl/wp-content/uploads/2016/04/Na%C5%82ogowe-korzystanie-z-telefonow-komorkowych.pdf>

**Fonoholizm : fakty i mity** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://www.wirtualnemedial.pl/centrum-prasowe/arttykul/fonoholizm-fakty-i-mity>

ILSKA Paulina : **Fonoholizm- skala zjawiska wśród polskich nastolatków** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://www.uzaleznieniabehawioralne.pl/raporty-z-badan/fonoholizm-skala-zjawiska-wsrod-polskich-nastolatkow/>

IZDEBSKI Paweł, KOTYŚKO Marta : *Problemowe korzystanie z telefonów komórkowych* [online] // W: **Zaburzenia uprawiania hazardu i inne tak zwane nałogi behawioralne** / pod red. Bogusława Habrata ; aut. Mateusz Gola [i in.]. – Warszawa: Wydawnictwo Instytut Psychiatrii i Neurologii, 2016. – S. 251-263. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://docplayer.pl/29331554-Zaburzenia-uprawiania-hazardu-i-inne-tak-zwane-nalogi-behawioralne.html>

KASPERSKI Mateusz : **Czy grozi nam fonoholizm? : eksperci twierdzą, że tak** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://www.komputerswiat.pl/aktualnosci/bezpieczenstwo/czy-grozi-nam-fonoholizm-eksperci-twierdza-ze-tak/n54v0p4>

KRZYŻAK-SZYMAŃSKA Ewa : *Nałogowe używanie telefonu komórkowego jako zagrożenie funkcjonowania współczesnego człowieka* [online] // W: **Współczesne zagrożenia : wyzwania i działania** : praca zbiorowa / pod redakcją Jana Zimnego. – Stalowa Wola : Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II w Lublinie. Wydział Zamiejscowy Prawa i Nauk o Społeczeństwie w Stalowej Woli. – S. 143-155. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: [http://www.pedkat.pl/images/ksiazki/Wsp%C3%B3%C5%82czesne\\_zagro%C5%BCenia\\_-\\_wyzwania\\_i\\_dzia%C5%82ania.pdf](http://www.pedkat.pl/images/ksiazki/Wsp%C3%B3%C5%82czesne_zagro%C5%BCenia_-_wyzwania_i_dzia%C5%82ania.pdf)

MAJCHRZYK Łukasz : **Co to jest nomofobia?** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://mobirank.pl/2018/02/18/co-to-jest-nomofobia/>

PAWŁOWICZ Jacek Jan : **Fonoholizm – problem moralny** // Collectanea Theologica. – 2010, nr 4, s. 163-173 [s. 1-10]. [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <http://www.pawlowicz.opoka.org/fonoholizm.pdf>

REDMERSKA Katarzyna : **Jak nie uzależnić się od telefonu komórkowego?** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: [https://www.doz.pl/czytelnia/a\\_12576-Jak\\_nie\\_uzaleznic\\_sie\\_od\\_telefonu\\_komorkowego](https://www.doz.pl/czytelnia/a_12576-Jak_nie_uzaleznic_sie_od_telefonu_komorkowego)

SOCHACZEWSKI Jan : **Fonoholizm odchudza mózg : zmiany jak u narkomanów** [online]. [dostęp: 14 października 2021 r.]. Dostępny w Internecie: <https://www.focus.pl/artykul/fonoholizm-odchudza-mozg-zmiany-jak-u-narkomanow>

STANKIEWICZ Karolina : **Czym jest nomofobia? : jak uchronić przed nią siebie i dzieci?** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <https://www.spysshop.pl/blog/czym-jest-nomofobia/>

**Telefoniczna inwazja – czym jest fonoholizm?** [online]. [dostęp: 14 października 2021]. Dostępny w Internecie: <http://uzaleznienie.com.pl/internet-d1/telefoniczna-inwazja-czym-jest-fonoholizm>

## WYDAWNICTWA INNYCH BIBLIOTEK DOSTĘPNE NA ZAMÓWIENIE CZYTELNIKA W RAMACH USŁUGI WYPOŻYCZEŃ MIĘDZYBIBLIOTECZNYCH

### Wydawnictwa zwarte (książki)

DĘBSKI Maciej : **Nałogowe korzystanie z telefonów komórkowych : szczegółowa charakterystyka zjawiska fonoholizmu z Polsce : raport z badań**. – Gdynia : Wydawnictwo Fundacja Dbam o Mój Z@sięg, 2016.

PRICE Catherine : **Jak zerwać ze swoim smartfonem** / z języka angielskiego przełożyła Katarzyna Różycka. – Katowice : Wydawnictwo Sonia Draga, 2018.

WIERADZKA-PILARCZYK Anna, HOFFMANN Monika : **Fonoholizm - diagnoza i strategia pomocy**. – Poznań : Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Wydział Teologiczny, 2019.

ZWOLIŃSKI Andrzej : **Komórka : wirtualne niewolnictwo**. – Kraków : Inicjatywa Ewangelizacyjna "Wejdzmy na Szczyt", 2019.



## Artykuły z prac zbiorowych / rozdziały

BĘBAS Sylwester : *Fonoholizm : nowe uzależnienie wśród dzieci i młodzieży* // W : **Optyka zagrożeń procesu porozumiewania się w życiu codziennym** / red. nauk. Elżbieta Męcina-Bednarek ; Staropolska Szkoła Wyższa w Kielcach. – Kielce : Oficyna Wydawnicza Staropolskiej Szkoły Wyższej, 2015. – S. 133-151.

CIBOR Emilia : *Fonoholizm jako przejaw zagrożenia młodzieży nowymi uzależnieniami behawioralnymi* // W: **Współczesne wyzwania i zagrożenia bezpieczeństwa dla młodzieży : wybrane problemy / pod redakcją Doroty Zbrozczyk**. – Radom : Uniwersytet Technologiczno-Humanistyczny im. Kazimierza Pułaskiego. Wydawnictwo, 2017. – S. 139-149.

CZERWIŃSKI Bartłomiej : *Uzależnienie od telefonu komórkowego i Internetu jako przykłady uzależnień XXI wieku* // W: **Świat dziecka zagubionego w społeczeństwie : rozważania o praktyce edukacyjnej, wychowawczej i resocjalizacyjnej** / red. nauk. Marcin Białas. – Poznań : Wydawnictwo Naukowe Wyższej Szkoły Pedagogiki i Administracji im. Mieszka I, 2015. – S. 189-227.

GADOMSKA Magdalena : *Fonoholizm jako zagrożenie dla uczniów szkół gimnazjalnych* // W: **Zagrożenia dla rozwoju współczesnej młodzieży** / pod red. nauk. Wiesławy Walc. – Rzeszów : Uniwersytet Rzeszowski, 2015. – S. 109-119.

GUZOWSKA Ewa, Weilandt, Martyna : *Konsekwencje nadużywania telefonu komórkowego dla użytkowników i relacji rodzinnych : komunikat z badań* // W: **Zasoby rodziny : wychowanie, poradnictwo, praca socjalna** / redakcja naukowa Eliza Czerka-Fortuna, Katarzyna Kmita-Zaniewska, Alicja Zbierchowska. – Gdańsk : Wydawnictwo Naukowe Katedra, 2016. – S. 511-532.

JAKUBOWSKA Elżbieta : *Telefon komórkowy jako źródło uzależnienia* // W: **Nowe oblicza uzależnień** / pod redakcją Elżbiety Łuczak. – Olsztyn : Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, cop. 2009. – S. 161-167 :

KARCZMARZYK Małgorzata : *O dominacji obrazowości, fono- i internetoholizmie oraz wykorzystywaniu smartfonów w kulturze i edukacji* // W: **Smartfon : uniwersalne medium początku XXI wieku** / pod redakcją Grażyny Penkowskiej. – Wydanie pierwsze. – Gdańsk : Wydawnictwo Naukowe Katedra, copyright 2018. – S. 27-44.

MAJCHRZYK-MIKUŁA Joanna : **Wyzwania współczesnej pedagogiki**. – Gdańsk : Wyższa Szkoła Bankowa, 2015. – S. 169-184 : *Fonoholizm, utajona choroba cywilizacyjna*.

MAMROŁ Andrzej : *Profilaktyka i terapia fonoholizmu wśród uczniów szkół podstawowych* // W: **Edukacja jutra : zróżnicowane obszary rozwoju edukacji instytucjonalnej** / redakcja naukowa Aleksandra Kamińska-Małek, Piotr Oleśniewicz. – Warszawa : Wydawnictwo Akademii Sztuki Wojennej, 2020. – S. 225-237.

MAMROŁ Andrzej : *Zagrożenie fonoholizmem wśród dzieci we wczesnej fazie dorastania* // W: **Formy wzbogacania wychowania i zmniejszania zagrożeń społecznych** / redakcja naukowa Aleksandra Kamińska i Piotr Oleśniewicz. – Warszawa : Wydawnictwo Akademii Sztuki Wojennej, 2019. – S. 333-354.

MARIAN Magdalena, HABRAJSKA Izabela : *Młodzież a fonoholizm* // W : **Bezpieczeństwo personalne a bezpieczeństwo strukturalne. 2, Terroryzm i inne zagrożenia** / red. nauk. Teresa Grabińska, Henryk Spustek. – Wrocław : Wydawnictwo Wyższej Szkoły Oficerskiej Wojsk Lądowych imienia generała Tadeusza Kościuszki, 2014. – S. 175-189.

MOTOW Irena : *Fonoholizm jako nowe uzależnienie wśród nastolatków [rozdział IX]* // W: **Patologie w cyberswiecie** / red. nauk. Sylwester Bębas, Jerzy Plis, Józef Bednarek. – Radom : Wyższa Szkoła Handlowa, 2012. – S. 461-484.

SARZAŁA Dariusz, Zawadzki Jerzy : *Cyberzaburzenia : telefon komórkowy jako nowe źródło zagrożeń indywidualnych i społecznych* // W : **Człowiek w świecie wielowymiarowego ryzyka : wybrane problemy** / red. nauk. Marzena Netczuk-Gwoździwicz, Mariusz Zbigniew Jędrzejko ; Wyższa Szkoła Oficerska Wojsk Lądowych im. gen. Tadeusza Kościuszki. – Wrocław : Wydawnictwo Wyższej Szkoły Oficerskiej Wojsk Lądowych im. gen. Tadeusza Kościuszki, 2015. – S. 122-150.

TARASZKIEWICZ Beata : *Na krótkiej smyczy: o zjawisku fonoholizmu* // W : **Ekologia informacji a zasoby informacyjne w bibliotekach i cyberprzestrzeni** / pod redakcją Katarzyny Materskiej i Beaty Taraszkiewicz. – Słupsk : Biblioteka Uczelniana Akademii Pomorskiej : Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka : Stowarzyszenie Bibliotekarzy Polskich. Zarząd Oddziału, 2017. – **S. 29-36.**

## Artykuły z czasopism

BARABAS Magdalena : *Fonoholizm zagrożeniem dla rozwoju dzieci i młodzieży = Mobile phone dependence as a threat to child and adolescent development* // **Edukacja, Technika, Informatyka.** – **2018, nr 2, s. 92-97.**

CZERSKI Wojciech : *Nomofobia – szczególnie groźna odmiana uzależnienia od telefonu komórkowego = Nomophobia – a particularly dangerous form of mobile phone addiction* // **Edukacja, Technika, Informatyka.** – **2018, nr 3, s. 212-217.**

DĘBSKI Maciej : *Fonoholizm – bagatelizowany problem* // **TIK w Edukacji.** – **2017, nr 1, s. 17-19.**

DĘBSKI Maciej : *Fonoholizm – nadużywanie smartfonów : najważniejsze symptomy oraz czynniki ryzyka* // **Życie Szkoły.** – **2018, nr 10, s. 2-9.**

DĘBSKI Maciej : *Nie udawajmy, że problemu nie ma : fonoholizm i sieciholizm realnie istnieją i stanowią zagrożenie dla życia i prawidłowego rozwoju dzieci i młodzieży* // **Głos Pedagogiczny.** – **2018, nr [104], s. 4-5.**

DĘBSKI Maciej : *W jaki sposób rozwiązać problem nadużywania smartfonów?* // **Życie Szkoły.** – **2018, nr 12, s. 17-22.**

*FOMO – sprawdź się!* : lista kontrolna dla uczniów // **Głos Pedagogiczny.** – **2019, nr [105], s. 33-35.**

GOETZ Magdalena : *Jeszcze tylko jeden SMS : fonoholizm u dzieci i młodzieży : jak rozpoznać, jak pomóc?* // **Głos Pedagogiczny.** – **2015, nr [71], s. 49-53.**

GOETZ Magdalena : *Smartfony, czaty, media społecznościowe – jak wpływają na nasze relacje z innymi* // **Głos Pedagogiczny.** – **2019, nr [105], s. 29-32.**

HUK Tomasz : *Wychowanie pokolenia ekranów dotykowych na przykładzie matczynego opisu aktywności dziecka dwuletniego* // **Chowanna.** – **2018, nr 1, s. 51-63.**

JABŁONKO Olga : *Zjawisko fonoholizmu w życiu młodych ludzi uczących się w Ochotniczych Hufcach Pracy* // **Prace Naukowe Wyższej Szkoły Zarządzania i Przedsiębiorczości z siedzibą w Wałbrzychu.** **2019, t. 1, s. 53-61.**

KIM Renata : *Zerwać ze smartfonem* // **Newsweek Polska.** – **2018, nr 27, s. 28-32.**

KRZYŻAK-SZYMAŃSKA Ewa : *Dysfunkcjonalne używanie telefonu komórkowego wśród młodzieży a kontrola rodzicielska = Dysfunctional mobile phone use among adolescents and parental control* // **Roczniki Teologiczne (Lublin , 2014). T. 66, z. 10 (2019), s. 127-143.**

*Narcyzm a uzależnienie od telefonu komórkowego u kobiet* / Beata Pawłowska, Ewa Dziurzyńska, Katarzyna Gromadzka, Brian E. Wallace, Maciej Zygo // **Current Problems of Psychiatry.** – **Vol. 13, nr 2 (2012), s. 98-102.**

OLSZEWSKA Ewelina : *Uzależnienie od telefonu komórkowego jako nowe wyzwanie edukacji dla bezpieczeństwa* // **Zeszyty Naukowe - Wyższa Szkoła Oficerska Wojsk Lądowych we Wrocławiu.** – **R. 45, nr 4 (2013), s. 16-27.**

PISANI Anna : *Ala ma smartfona* // **Charaktery.** – **2018, nr 4, s. 42-45.**

POTEMBSKA Emilia, PAWŁOWSKA Beata : *Płeć a uzależnienie od telefonu komórkowego u gimnazjalistów* // **Family Medicine & Primary Care Review.** **Vol. 12, nr 3 (2010), s. 800-802.**

PRICE Catherine : *Jesteśmy jak nartniki* // **Charaktery.** – **2018, nr 9, s. 52-57.**

SARZAŁA Dariusz : *Fonoholizm wśród nastolatków jako nowa forma uzależnienia behawioralnego : aspekty diagnostyczne i profilaktyczne* // **Konińskie Studia Społeczno-Ekonomiczne. – T. 4, nr 1 (2018), s. 51-63.**

*Symptomy nadużywania telefonu* // **Sygnal. – 2018, nr 11, s. 38.**

TOMCZYK Łukasz : *FOMO (Fear of Missing out) – wyzwanie diagnostyczne i edukacyjne* // **Lubelski Rocznik Pedagogiczny. – Vol. 37, nr 3 (2018), s. 139-150.**

WARZECHA Katarzyna : *Smartfon w edukacji i komunikacji młodzieży gimnazjalnej a zagrożenie fonoholizmem* // **Ekonomiczne Problemy Usług. – Nr 123 (2016), s. 345-357.**

WEIR Kirsten : *(Od)łącz się* // **Charaktery. – 2018, nr 3, s. 28-32.**

ZAWISZA Ewa, MAŁDRY-KUPIEC Małgorzata, KWATERA Anna : *Smombie – plemię wyznające multitasking* // **Edukacja i Dialog. – 2017, nr 9/10, s. 8-15.**