

Wspieraj zdrowy rozwój mózgu dziecka

TWOJE DZIECKO mądre, zdolne, szczęśliwe

Niezbędny
poradnik dla rodziców
i opiekunów, stworzony
w oparciu o 300+ badań
i rekomendacji wiodących
światowych organizacji
medycznych i ośrodków
naukowych



**rozwojowa
mama**

NOTA PRAWNA

ZAKAZ KOPIOWANIA I ROZPOWSZECHNIANIA

Wszelkie treści, w tym teksty, grafiki, zdjęcia, ilustracje zaprezentowane w niniejszym e-booku „Twoje dziecko - mądre, zdolne, szczęśliwe” podlegają ochronie na gruncie Ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (tj. Dz. U. z 2021 r. poz. 1062, z 2022 r. poz. 655).

! Kopiowanie lub rozpowszechnianie tych treści w całości lub w części bez zgody autora jest zagrożone karą grzywny, ograniczenia wolności a nawet pozbawienia wolności do lat 2 oraz rodzi odpowiedzialność odszkodowawczą !

Pamiętaj! Zakup e-booka jest zakupem imiennym, a każdy egzemplarz podlega oznakowaniu cyfrowym znakiem wodnym identyfikującym dany egzemplarz! Nie przekazuj tego e-booka dalej!

Rozwojowa Mama® to zarejestrowany znak towarowy, który podlega ochronie z tego tytułu.

CZEŚĆ!



Nazywam się Marielle Tourel i na wstępie pragnę powitać Cię w Rozwojowej Rodzinie oraz z całego serca podziękować za to, że sięgasz po mój e-book. Stworzyłam go, aby pokazać Ci, że masz bezpośredni wpływ na przyszłość swojego dziecka, a Twoje zaangażowanie w pierwszych latach jego życia jest bezcenne.

Kiedy zaszłam w ciążę, chciałam jak najlepiej przygotować się do roli Mamy – tak jak Ty. Zaczęłam czytać poradniki, przeglądać portale parentingowe i oczywiście słuchać dobrych rad bliskich. Niestety – szybko zdałam sobie sprawę z tego, że informacje dostępne dla rodziców mają ograniczoną wartość,

są nieprecyzyjne i często brakuje im spójności. Tymczasem literatura naukowa oferuje jasne wnioski i zalecenia wynikające z licznych badań, realizowanych przez dziesięciolecia w różnych krajach i wśród rodzin reprezentujących różne kultury.

Wiedząc, jak wielkie znaczenie dla rozwoju dziecka mają wcześnie lata jego życia, postanowiłam pomóc wypełnić lukę pomiędzy zaleceniami wiodących światowych organizacji naukowych i medycznych, a informacjami, które docierają do rodziców.

Dzieci są naszą przyszłością, a im więcej z nas ma dostęp do rzetelnej wiedzy naukowej, przełożonej na przyjazne rodzicom i łatwe do wdrożenia strategie, tym lepiej dla naszych rodzin, przyszłości naszych dzieci i całego społeczeństwa.

Celem e-booka, po który właśnie sięgasz, jest danie rodzicom solidnej podstawy do wspierania rozwoju dzieci z wykorzystaniem wyników przełomowych badań, najnowszych odkryć i zaleceń naukowców. Przedstawiam w nim obszerne informacje na temat rozwoju człowieka oraz tego, co go hamuje, a co wzmacnia. Książka prezentuje syntezę i przekłada na zrozumiały język ogromny dorobek naukowy z wielu dziedzin związanych z rozwojem dziecka. Proste fakty, jasne zalecenia i łatwe do zrozumienia przykłady i wyjaśnienia powinny ułatwić Ci przyswojenie i wdrożenie rekomendacji. Wszystko po to, aby ułatwić i uprzyjemnić Ci rodzicielską podróż – zmniejszyć niepewność i pomóc w podejmowaniu świadomych, opartych na faktach decyzji, które będą najlepsze dla Ciebie, Twojego dziecka i Twojej rodziny.

Podczas gdy w książce najczęściej zwracam się do rodziców, przedstawione informacje i analizy są przeznaczone dla wszystkich osób zaangażowanych w wychowywanie i opiekę nad dzieckiem – członków rodziny, macoch, ojczymów, rodziców zastępczych, opiekunów, nauczycieli, lekarzy i terapeutów. Co więcej, książka skupia się na pierwszych pięciu latach życia dziecka, jednak podstawowe pojęcia i zalecenia znajdują zastosowanie podczas całego okresu jego dorastania, a nawet mogą stanowić inspirację dla twojego osobistego rozwoju.

Ruszajmy zatem w podróż do ekscytującego świata dziecka po lepsze zrozumienie twojej kluczowej roli dla jego przyszłości. Popraw oparcie fotela i rozsiądź się wygodnie. Mam nadzieję, że czytanie tej książki sprawi Ci taką samą przyjemność, jaką mnie sprawiło pisanie jej dla Ciebie!

Marielle Tourel
[@rozwojowa_mama](https://www.instagram.com/rozwojowa_mama)

O AUTORCE

Marielle Tourel – urodzona w Nowym Jorku, wychowana w wielojęzycznej i wielokulturowej rodzinie. Mieszkała w Nowym Jorku, Warszawie, Londynie, Dubaju, Dublinie i Tel Avivie. Wykształcenie ekonomiczne zdobyła w zdobyła w Imperial College London oraz London School of Economics and Political Science (LSE). Obecnie zajmuje stanowisko Senior Managera w jednej z wiodących globalnych firm doradztwa strategicznego. Mając ponad 10-letnie doświadczenie w obszarze analiz i projektowania strategii, jest ekspertką w zakresie analizy i projektowania skomplikowanych badań oraz srowadzania faktów do poziomu rekomendacji, i przedstawiania ich w sposób zrozumiały i umożliwiający wprowadzenie ich w życie.

Opracowywała strategie dla takich globalnych organizacji jak United Nations Global Compact (agenda ONZ odpowiedzialna za biznes), World Economic Forum (podmiot odpowiedzialny za organizację Forum Ekonomiczne w Davos), czy spółka holdingowa odpowiadająca za 30 procent PKB Dubaju. Projektowała i zarządzała strategicznymi inicjatywami King Abdullah University of Science and Technology w Arabii Saudyjskiej, opracowując i nadzorując inicjatywy nakierowane na rozwój talentów w Królestwie we współpracy z czołowymi uczelniami z całego świata.

Jest autorką publikacji wydanych przez ONZ, World Economic Forum i czasopisma naukowe.

**Specjalne podziękowania
dla mojego wspaniałego męża,
Piotra Kuśmierkiewicza.**

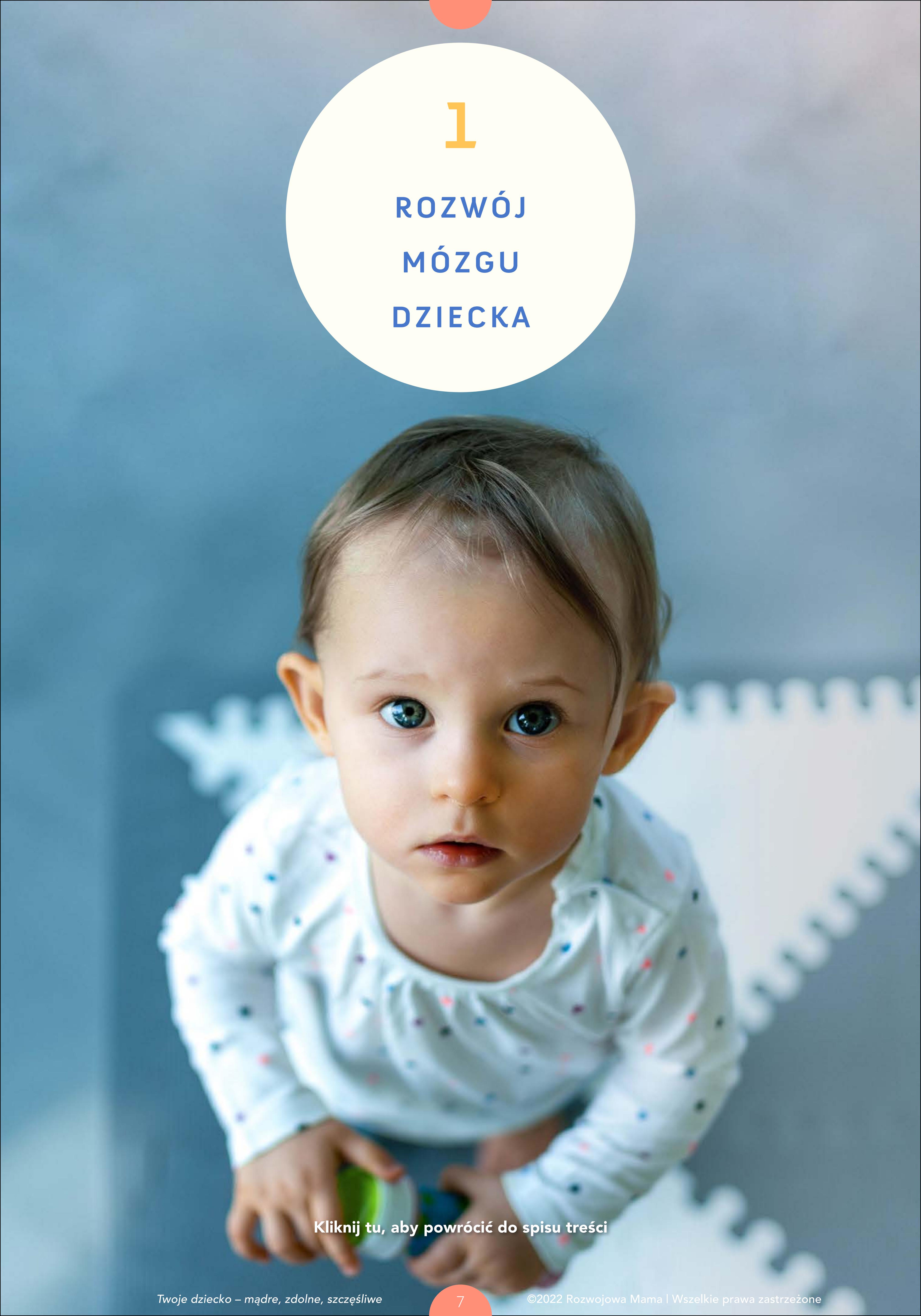
Dziękuję Ci za Twoje nieustające zaangażowanie.
Nie udałoby mi się napisać tej książki bez Ciebie.

Dziękuję za Twoje wsparcie, motywację,
wspólną lekturę, uwagi i pomoc.

Dzięki Tobie ten projekt stał się rzeczywistością.

SPIS TREŚCI

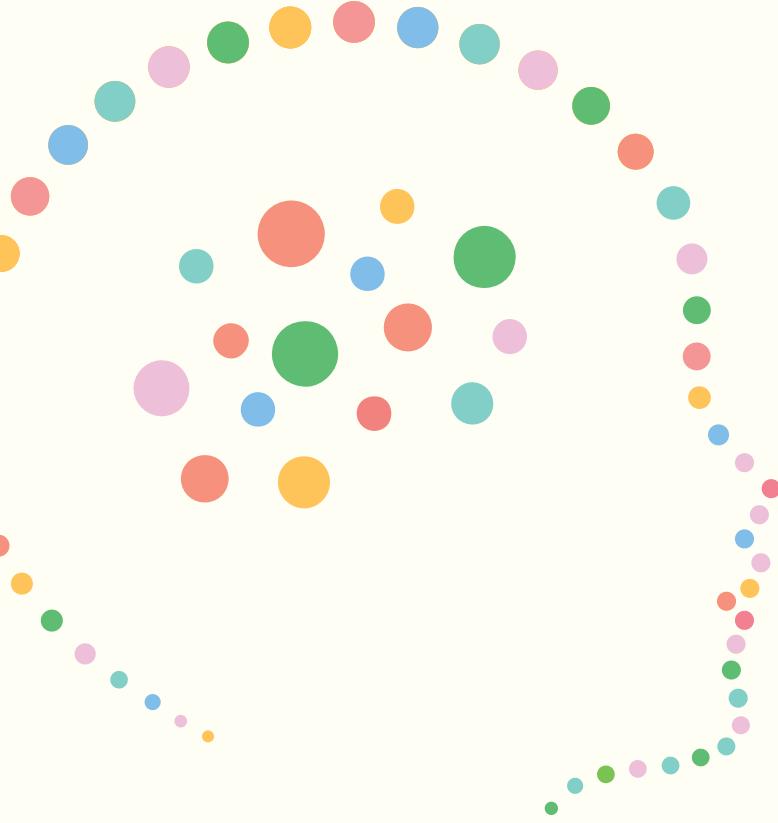
1	Rozwój mózgu dziecka	7
2	Poczucie bezpieczeństwa - warunek niezbędny dla rozwoju	21
3	Zabawa - najlepsza metoda zdobywania umiejętności	61
4	Stacje rozwojowe - przygotowanie miejsca zabaw	99
5	Czas przed ekranem - czyli o (nie)korzyściach z oglądania bajek	140
6	Rozmowa z dzieckiem - rozwój umiejętności językowych i poznawczych	151
7	Rozwój funkcji wykonawczych - największe wyzwanie dzieciństwa	184
8	Mądre pochwały - źródło motywacji do rozwoju	217
	Bibliografia	250



1

ROZWÓJ MÓZGU DZIECKA

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)



ROZWÓJ MÓZGU DZIECKA

To, w jaki sposób wspierasz rozwój swojego dziecka w pierwszych pięciu latach jego życia, będzie miało bezpośredni wpływ na to, jakim człowiekiem będzie, gdy dorosnie.

Po urodzeniu mózg człowieka rozwija się w nieprawdopodobnym tempie. W wyniku codziennych interakcji z otoczeniem: rodzicami oraz innymi osobami dorosłymi i dziećmi, w mózgu tworzą się miliony nowych połączeń neuronowych na sekundę, a każde z nich przekłada się na rozwój Twojego dziecka.

Mózg pięciolatka jest tylko o 10% mniejszy niż mózg dorosłego człowieka.

Mózg dziecka rejestruje wszystko – to, czego dziecko doświadcza i to, co widzi w pierwszych latach życia, ma ogromny wpływ na to, kim będzie, gdy dorosnie: jego osobowość, sposób komunikowania się i zachowania społeczne, zdolność do samoregulacji i budowania relacji, umiejętność uczenia się, rozwiązywania problemów, zdolności matematyczne, twórcze, kreatywność czy wreszcie: relacje z Tobą.

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

CO MÓWI NA TEN TEMAT NAUKA?

Szeroko zakrojone badania nad biologią i rozwojem dzieci, realizowane na przestrzeni ostatnich 30 lat, dostarczyły istotnych dowodów na to, że rozwój mózgu i zdolności jest uzależniony od jakości interakcji, w których uczestniczy dziecko. Ta zależność jest szczególnie widoczna w badaniach z udziałem dzieci doświadczających skrajnego zaniedbania (szeroko definiowanego jako znaczący niedostatek zaangażowania i reakcji opiekuna) zwłaszcza tych obejmujących najmłodszych dorastających w placówkach opiekuńczych oraz w rodzinach niewydolnych wychowawczo. Najnowsze dane na ten temat pochodzą z opracowań dotyczących małych dzieci wychowywanych w państwowych instytucjach między innymi w krajach takich jak Rumunii i Chinach.

Rozwój mózgu i zdolności jest uzależniony od jakości interakcji, w których uczestniczy dziecko.

Wyniki badań potwierdzają, że znaczące zaniedbanie zakłóca rozwój struktur i funkcjonowanie mózgu dziecka oraz sposób, w jaki przetwarza informacje, zwiększając ryzyko wystąpienia zaburzeń koncentracji, trudności emocjonalnych, poznawczych i behawioralnych w późniejszym życiu.

U dzieci, które doświadczają zaniedbania we wczesnym okresie życia, obserwuje się:

- zmniejszoną aktywność elektryczną mózgu;
- słabszą umiejętność prawidłowego rozpoznawania emocji u innych;

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

- słabszy rozwój obszarów mózgu uczestniczących w procesach myślenia, uczenia się, koncentracji uwagi, kontrolowania emocji i radzenia sobie ze stresem;
- zmniejszony metabolizm mózgu i słabsze połączenia między różnymi jego obszarami ważnymi z punktu widzenia zdolności poznańczych, społecznych i emocjonalnych;
- wyższą częstotliwość występowania zaburzeń emocjonalnych i problemów z zachowaniem.

Przewlekłe zaniedbanie może wpływać na rozwój biologicznych systemów reagowania na stres w sposób, który trwale upośledza zdolność dziecka do radzenia sobie z trudnościami. Badacze wykazali również, że głęboka deprywacja potrzeb wpływa negatywnie na funkcjonowanie układu odpornościowego – prawdopodobnie z powodu przewlekłych zaburzeń poziomu kortyzolu – prowadząc do pogorszenia stanu zdrowia, zwiększenia ryzyka infekcji i wystąpienia chorób spowodowanych przez przewlekły stres o okresie całego życia.

W świetle badań poważne zaniedbanie dziecka wydaje się być co najmniej równie dużym zagrożeniem dla jego zdrowia i rozwoju, jak przemoc fizyczna – być może nawet większym.

Poważne zaniedbanie może być równie dużym zagrożeniem dla zdrowia i rozwoju dziecka, jak przemoc fizyczna.

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

W porównaniu z dziećmi, które padły ofiarą maltretowania fizycznego, dzieci doświadczające długotrwałych okresów zaniedbania wykazują poważniejsze zaburzenia poznawcze, problemy z koncentracją uwagi, deficyty językowe, trudności w nauce, wycofanie i problemy w relacjach z rówieśnikami. Sugeruje to, że trwałe zakłócenie wzajemnych jakościowych interakcji w relacjach dziecko-rodzic może być bardziej szkodliwe dla rozwijającej się architektury mózgu niż trauma związana z przemocą fizyczną.

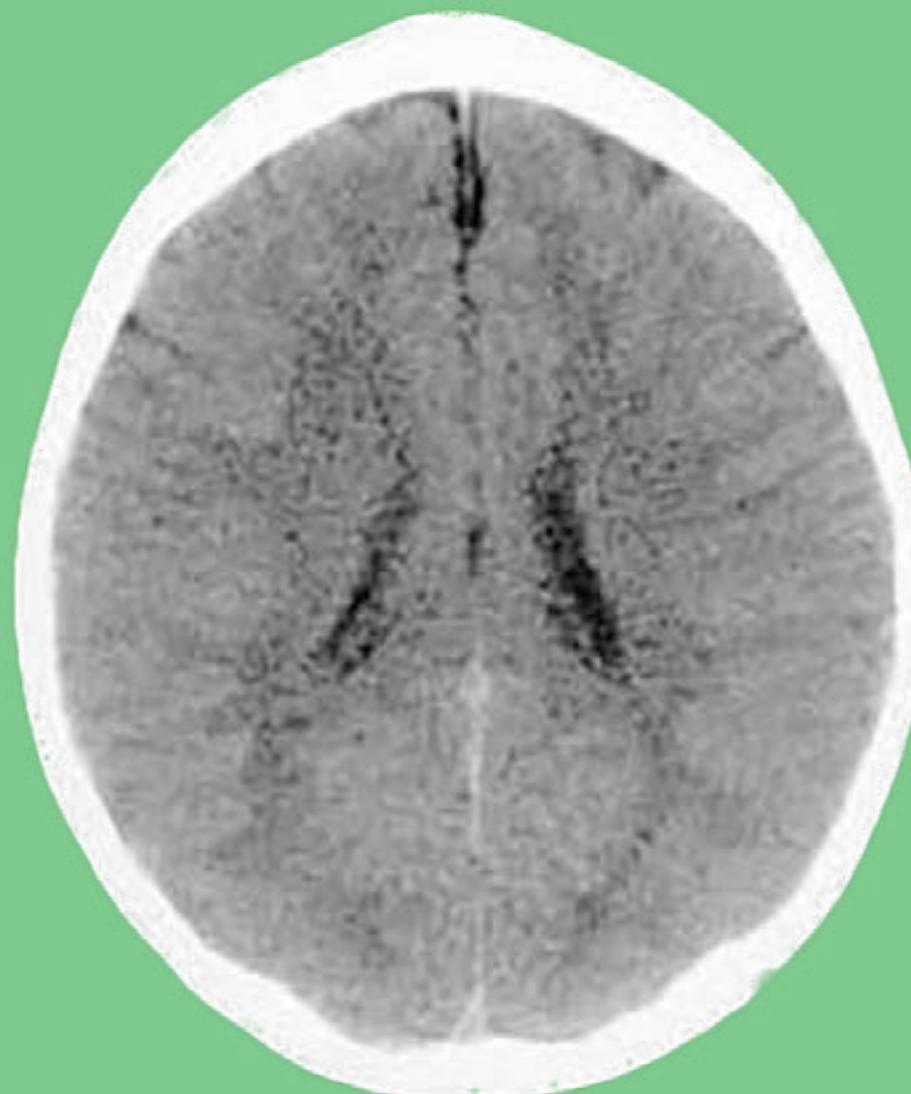
W tym kontekście kluczowe jest zrozumienie, że negatywny wpływ na rozwój dziecka mogą mieć nie tylko traumatyczne doświadczenia – na przykład przemocy fizycznej czy seksualnej – ale także brak wystarczającej ilości doświadczeń niezbędnych dla dobrostanu dziecka, wynikający z braku lub z niewystarczającej relacji z opiekunem.



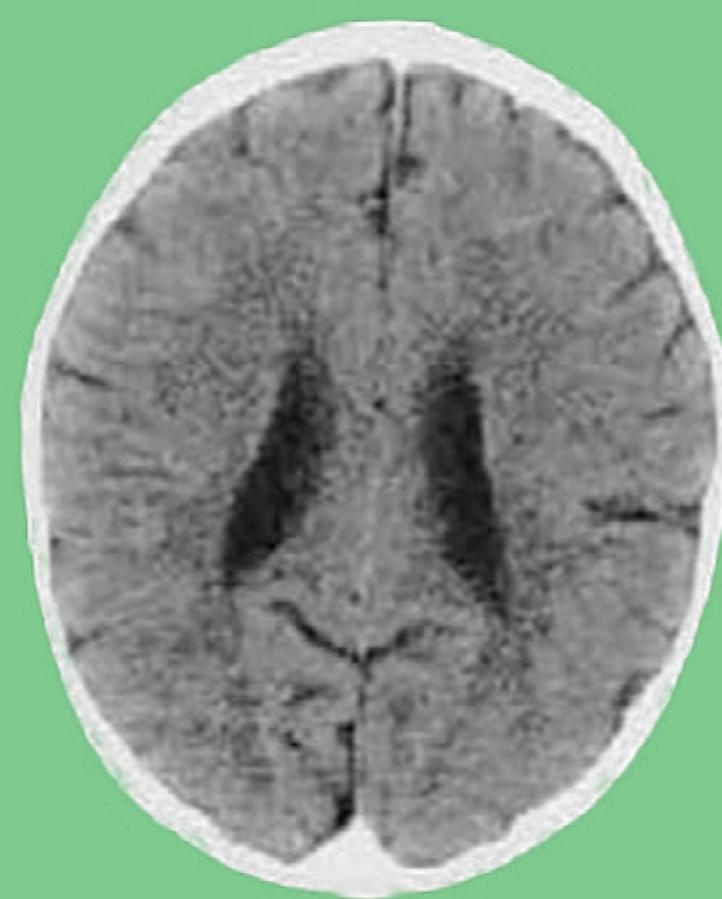
[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

CO WYNIKA Z BADAŃ?

**Skany porównujące mózgi
dwóch trzylatków**



prawidłowy rozwój



skrajne zaniedbanie

Na zdjęciu powyżej, przedstawiającym skany mózgów dwóch 3-latków, widać skrajny przykład wpływu relacji na rozwój. Z lewej – mózg dziecka dorastającego w szczęśliwej rodzinie. Z prawej – dziecka skrajnie zaniedbanego (ang. *severely neglected*), wychowywanego w domu dziecka. Różnica w rozmiarze jest bardzo widoczna i stanowi dowód na to, że my – rodzice – mamy ogromny wpływ na rozwój mózgu naszych dzieci.

Zdjęcie: Bruce D. Perry/The Child Trauma Academy

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

CO WYNIKA Z BADAŃ?

Dlaczego nastolatki porzucają szkołę?

Trwające 19 lat badanie, prowadzone przez badaczy z dwóch amerykańskich uczelni – Uniwersytetu w Kalifornii oraz Uniwersytetu w Minnesocie – na grupie 180 osób, pozwoliło wyodrębnić i lepiej zrozumieć czynniki, które wpływają na rozwój człowieka.

Jednym z ciekawszych odkryć był fakt, że – obserwując jakość opieki, jaką otrzymywały dzieci od urodzenia do ukończenia trzeciego roku życia – naukowcy byli w stanie z 77-procentowym prawdopodobieństwem wskazać, czy dziecko porzuci edukację w wieku dziewiętnastu lat, czy będzie ją kontynuowało.

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

CO WYNIKA Z BADAŃ?

HighScope Perry Preschool Study

Pierwotnym celem słynnego, trwającego już ponad czterdzieści lat badania „HighScope Perry Preschool Study”, była ocena wpływu nauczania przedszkolnego, realizowanego w oparciu o opracowany przez badaczy wysokiej jakości program, na rozwój dzieci.

W badaniu wzięła udział grupa 123 dzieci w wieku od 3 do 4 lat, wywodzących się z ubogich środowisk i uznanych za zagrożone niepowodzeniem w nauce. Połowa z nich została objęta projektem wysokiej jakości nauczania przedszkolnego; druga połowa nie uczęszczała do żadnej placówki edukacyjnej.

Na podstawie trwających już ponad czterdzieści lat obserwacji badacze ustalili, że:

- dzieci uczestniczące w programie miały istotnie większe szanse na ukończenie szkoły średniej (US: *highschool*; 65% vs. 45%). Ta prawidłowość dotyczyła w szczególności dziewczynek (84% vs. 32%);
- dziewczynki objęte nauczaniem przedszkolnym rzadziej wymagały terapii związanej z zaburzeniami psychicznymi (8% vs. 36%) lub musiały powtarzać rok (21% vs. 41%);

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

- udział w programie przekładał się na lepsze wyniki w testach sprawdzających zdolności intelektualne, umiejętność czytania i pisania oraz kompetencje językowe, a także w testach osiągnięć szkolnych, realizowanych między 9. a 27. rokiem życia uczestników;
- w grupie dziewczynek, które odbyły edukację przedszkolną według programu, zanotowano niższy odsetek nastoletnich ciąży.

W wieku 40 lat uczestnicy badania objęci programem nauczania przedszkolnego:

- częściej mieli pracę i osiągali wyższe zarobki;
- rzadziej wchodzili w konflikt z prawem;
- mieli dom i samochód.

To zatem fakt – wyniki badania pokazały jasno, jak ważne są wczesne lata życia. Jako rodzice jesteśmy odpowiedzialni za nasze dzieci: za ich rozwój oraz to, jakimi ludźmi staną się w przyszłości.

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

ARCHITEKTURA MÓZGU

Często porównuję rozwój mózgu do budowy domu. Dlaczego? Ponieważ nasze mózgi i umiejętności są dosłownie „budowane” poprzez nasze doświadczenia, interakcje i obserwacje.

Fundamenty

Aby zbudować dom, musisz najpierw stworzyć mocny fundament – to od niego zależy, jak mocny, trwały i funkcjonalny będzie budynek. Podobnie mózg „buduje się” w czasie, a podstawa jego architektury powstaje w pierwszym okresie życia. Wczesne doświadczenia decydują o tym, które z neuropołączeń powstaną i będą wzmacniane, a które stracimy; tworzą fundament mózgu – silny lub słaby, na którym będą budowane zdolności do uczenia się, zachowań społecznych i zdrowie przez całe życie.

Harmonogram prac budowlanych

Kontynuując analogię z domem: po zbudowaniu fundamentu budujesz ściany i strop parteru, następnie pierwsze piętro i tak dalej. Cegła po cegle. Nie możesz przejść do budowy pierwszego piętra bez zbudowania parteru i fundamentu. Nie możesz zainstalować oświetlenia przed położeniem instalacji elektrycznej. Budowa domu odbywa się w przewidywalnej kolejności.

Podobnie: umiejętności nie pojawiają się nagle w wieku dorosłym. Architektura mózgu opiera się na szeregu „wrażliwych” etapów, z których każdy jest związany z powstaniem określonych zdolności. Rozwój coraz bardziej złożonych umiejętności opiera się na umiejętnościach prostszych, które powstały wcześniej. Doświadczenia dziecka decydują o tym, które

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

umiejętności zostaną wzmacnione podczas ich „wrażliwych etapów”, a które się nie rozwiną. Wpłynie to na rozwój tych umiejętności w przyszłości. Zasadniczo, im częściej dana umiejętność będzie praktykowana na poziomie odpowiednim do wieku (im więcej będzie miała okazji do rozwoju), tym silniejsza stanie się w przyszłości.

Czy tracimy szansę na rozwój umiejętności po okresie wczesnego dzieciństwa?

Na większość zdolności społecznych, emocjonalnych i poznaćczych istotny wpływ mają wczesne doświadczenia. Niemniej jednak, będą one nadal rozwijać się w okresie dojrzewania i wczesnej dorosłości. Mózg zachowuje zdolność do adaptacji i zmiany przez całe życie, jednak ta zdolność maleje z wiekiem. Dlatego – choć „okna możliwości” pozostają otwarte – znacznie łatwiej, taniej i skuteczniej jest rozwijać kluczowe umiejętności i budować bardziej zaawansowane zdolności poznawcze, społeczne i emocjonalne na mocnych podstawach.

Wracając do analogii z domem: jeśli zbudowałeś już dom i chcesz coś zmienić w jego fundamentach, funkcjonalności lub instalacji elektrycznej, będzie to o wiele droższe i trudniejsze niż właściwe stworzenie ich od początku.

Na ile geny wpływają na rozwój mózgu?

Rozwój naszego mózgu jest kształtowany przez połączenie czynników środowiskowych i genów. Doświadczenia wczesnych lat i otoczenie, w którym dziecko żyje, wpływają na to, w jaki sposób geny są włączane lub wyłączane, a nawet na to, czy niektóre z nich mają w ogóle szanse się ujawnić. Przestarzałe idee, że geny są „wykute w kamieniu”, lub że tylko one determinują

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

rozwój i wpływają na to, kim się staniemy, zostały przez naukę całkowicie obalone. Dzieci rodzą się z potencjałem do uczenia się, kontrolowania swoich impulsów, koncentracji uwagi i zapamiętywania, ale to ich doświadczenia określają, czy rozwinią te umiejętności, czy nie.

Wracając znów do analogii domu: geny są projektem architektonicznym, ale to doświadczenia dziecka – środowisko, w którym żyje; to, co je; toksyny, na których działanie jest narażone; relacje, w których funkcjonuje – determinują, jaki budynek powstanie.

„If you don't use it, you lose it”, czyli mięsień nieużywany zanika

W ciągu pierwszych kilku lat po urodzeniu co sekundę tworzy się ponad milion nowych połączeń neuronowych. Po okresie szybkiego wzrostu połączenia te są redukowane w procesie nazywanym przycinaniem synaptycznym. Nieużywane połączenia są usuwane, dzięki czemu pozostałe obwody neuronowe w mózgu mogą stać się silniejsze i wydajniejsze. W ten sposób mózg zaczyna się specjalizować i skupiać energię na wzmacnianiu połączeń, z których korzysta. Wczesne doświadczenia wpływają na charakter i jakość rozwijającej się architektury mózgu, określając, które obwody będą wzmacniane, a które zostaną przycięte jako nieużywane.

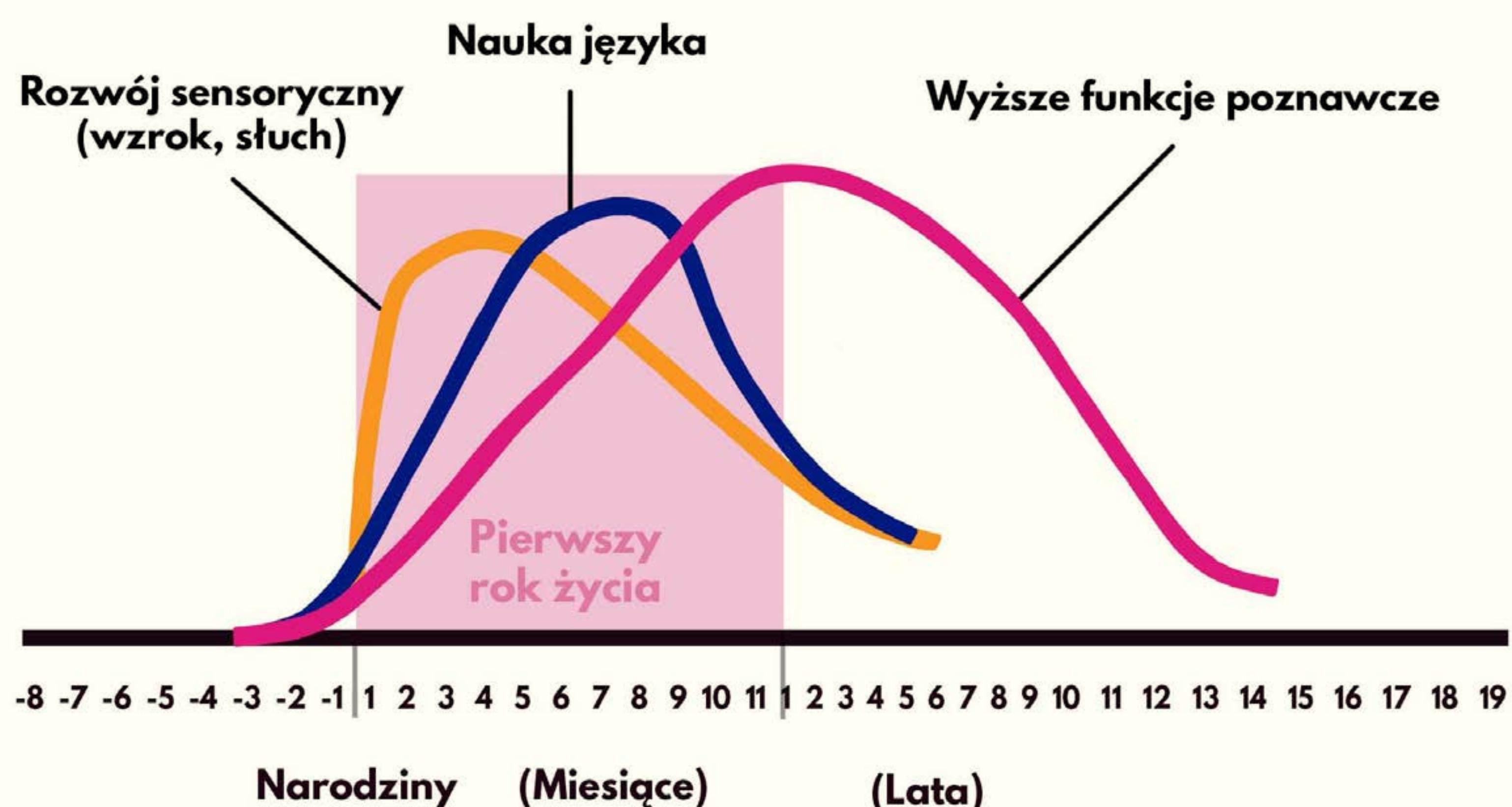
Dla przykładu: w pierwszym roku życia te części mózgu, które odpowiadają za różnicowanie dźwięków, specjalizują się w języku, w jakim porozumiewają się osoby z otoczenia dziecka; jednocześnie mózg zaczyna tracić zdolność rozpoznawania dźwięków występujących w innych językach. Chociaż utrzymujemy zdolność do nauki języków obcych, z wiekiem wprowadzenie

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

zmiany do obwodów neuronowych staje się coraz trudniejsze. Stąd pojęcie „wcześniej plastyczności mózgu” – łatwiej i skuteczniej jest wpływać na rozwijającą się architekturę mózgu w okresie wcześniego dzieciństwa, niż przebudowywać ją w wieku dorosłym.

Rozwój mózgu człowieka

Połączenia neuronowe odpowiedzialne za różne umiejętności rozwijają się sekwencyjnie



Opis wykresu: w procesie rozwoju mózgu najpierw tworzą się prostsze połączenia neuronowe, a następnie bardziej złożone obwody neuronowe. Moment, w którym to następuje, jest uwarunkowany genetycznie, ale to wczesne doświadczenia determinują, czy te obwody neuronowe powstaną, czy nie oraz czy będą silne czy słabe.

Źródło: CA Nelson (2000), Center on the Developing Child

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

Nasze zachowania, stan zdrowia i umiejętności uczenia się są zbudowane na fundamencie stworzonym we wczesnych latach życia.



[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

BIBLIOGRAFIA

Rozdział 1: Rozwój mózgu dziecka

- Belfield, C. R., Nores, M., Barnett, S., & Schweinhart, L. (2006). The high/scope perry preschool program cost–benefit analysis using data from the age-40 followup. *Journal of Human resources*, 41(1), 162-190.
- Berrueta-Clement, J. R. (1984). *Changed Lives: The Effects of the Perry Preschool Program on Youths through Age 19*. Monographs of the High/Scope Educational Research Foundation, Number Eight. Monograph Series, High/Scope Foundation, 600 North River Street, Ypsilanti, MI 48197.
- Byers-Heinlein, K., Burns, T. C., & Werker, J. F. (2010). The roots of bilingualism in newborns. *Psychological science*, 21(3), 343-348.
- Center on the Developing Child at Harvard University (2016). 8 Things to Remember about Child Development.
- Center on the Developing Child at Harvard University (2016). From Best Practices to Breakthrough Impacts: A Science-Based Approach to Building a More Promising Future for Young Children and Families.
- Cunha, F., Heckman, J., Lochner, L., & Masterov, D. (2005). Interpreting the evidence on life skill formation. Cambridge, MA: National Bureau of Economic Research Working Paper #10091.
- Curley, J.P. (2009). Social enrichment during postnatal development induces transgenerational effects on emotional and reproductive behavior in mice. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 3, 1-14.
- Jimerson, S., Egeland, B., Sroufe, L. A., & Carlson, B. (2000). A prospective longitudinal study of high school dropouts examining multiple predictors across development. *Journal of school psychology*, 38(6), 525-549.
- Knudsen, E. (2004). Sensitive periods in the development of the brain and behavior. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 16, 1412-1425.
- National Research Council (US) and Institute of Medicine (US) Committee on Integrating the Science of Early Childhood Development. *From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development*. Shonkoff JP, Phillips DA, editors. Washington (DC): National Academies Press (US); 2000. PMID: 25077268.
- National Scientific Council on the Developing Child. (2010). Early experiences can alter gene expression and affect long-term development: Working paper no. 10.
- National Scientific Council on the Developing Child. (2007). The timing and quality of early experiences combine to shape brain architecture: Working paper no. 5.
- National Scientific Council on the Developing Child. (2012). The science of neglect: The persistent absence of responsive care disrupts the developing brain: Working paper no. 12.
- National Scientific Council on the Developing Child. (2005/2014). Excessive Stress Disrupts the Architecture of the Developing Brain: Working Paper 3. Updated Edition.
- National Scientific Council on the Developing Child (2004). Children's Emotional Development Is Built into the Architecture of Their Brains: Working Paper No. 2.
- Nelson, C.A. (2000). The neurobiological bases of early intervention. In J. Shonkoff & S. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (2nd ed.). New York: Cambridge University Press.
- Nelson, C.A., & Bloom, F. (1997). Child development and neuroscience. *Child Development*, 68, 970-987.
- Perry, B. D. (2002). Childhood experience and the expression of genetic potential: What childhood neglect tells us about nature and nurture. *Brain and mind*, 3(1), 79-100.
- Reynolds, G. D., & Romano, A. C. (2016). The development of attention systems and working memory in infancy. *Frontiers in Systems Neuroscience*, 10, 15.
- Shonkoff, J.P., & Phillips, D. (Eds.) (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Committee on Integrating the Science of Early Childhood Development. Washington, DC: National Academy Press.
- Szyf, M. (2009). Early life, the epigenome and human health. *Acta Paediatrica*, 98(7), 1082-1084.
- Schweinhart, L. J., Montie, J., Xiang, Z., Barnett, W. S., Belfield, C. R., & Nores, M. (2005). Lifetime effects: The High/Scope Perry Preschool study through age 40. (Monographs of the High/Scope Educational Research Foundation, 14). Ypsilanti, MI: High/Scope Press.
- Schweinhart, L. J. (1993). *Significant Benefits: The High/Scope Perry Preschool Study through Age 27*. Monographs of the High/Scope Educational Research Foundation, No. Ten. High/Scope Educational Research Foundation, 600 North River Street, Ypsilanti, MI 48198-2898.
- Schweinhart, L. J. (2003). Benefits, Costs, and Explanation of the High/Scope Perry Preschool Program.
- Schweinhart, L. J. (2013). Long-term follow-up of a preschool experiment. *Journal of Experimental Criminology*, 9(4), 389-409.
- Shonkoff, J.P., & Phillips, D. (Eds.) (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Committee on Integrating the Science of Early Childhood Development. Washington, DC: National Academy Press

Rozdział 2: Poczucie bezpieczeństwa

- Atkinson, L., Paglia, A., Coolbear, J., Niccols, A., Parker, K. C., & Guger, S. (2000). Attachment security: A meta-analysis of maternal mental health correlates. *Clinical psychology review*, 20(8), 1019-1040.
- Bakermans-Kranenburg, M. J., Van IJzendoorn, M. H., & Juffer, F. (2003). Less is more: meta-analyses of sensitivity and attachment interventions in early childhood. *Psychological bulletin*, 129(2), 195.
- Belfield, C. R., Nores, M., Barnett, S., & Schweinhart, L. (2006). The high/scope perry preschool program cost–benefit analysis using data from the age-40 followup. *Journal of Human resources*, 41(1), 162-190.
- Belsky, J. (2005). The developmental and evolutionary psychology of intergenerational transmission of attachment. *Attachment and bonding: A new synthesis*, 92.
- Benoit, D. (2004). Infant-parent attachment: Definition, types, antecedents, measurement and outcome. *Paediatrics & child health*, 9(8), 541-545.
- Berrueta-Clement, J. R. (1984). *Changed Lives: The Effects of the Perry Preschool Program on Youths through Age 19*. Monographs of the High/Scope Educational Research Foundation, Number Eight. Monograph Series, High/Scope Foundation, 600 North River Street, Ypsilanti, MI 48197.
- Caldji, C., Tannenbaum, B., Sharma, S., Francis, D., Plotsky, P. M., & Meaney, M. J. (1998). Maternal care during infancy regulates the development of neural systems mediating the expression of fearfulness in the rat. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 95(9), 5335-5340.
- Calkins, S. D., & Leerkes, E. M. (2004). Early attachment processes and the development of emotional self-regulation. *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications*, 324-339.

Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści

- Chen E, Miller GE, Kobor MS, Cole SW. (2011). Maternal warmth buffers the effects of low early-life socioeconomic status on pro-inflammatory signaling in adulthood. *Mol Psychiatry*, 16(7):729-37.
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: A multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9(3), 145–154.
- Conger, R. D., Nepple, T., Kim, K. J., & Scaramella, L. (2003). Angry and aggressive behavior across three generations: A prospective, longitudinal study of parents and children. *Journal of abnormal child psychology*, 31(2), 143-160.
- Gunnar, M. R., & Donzella, B. (2002). Social regulation of the cortisol levels in early human development. *Psychoneuroendocrinology*, 27(1-2), 199-220.
- De Wolff, M. S., & Van IJzendoorn, M. H. (1997). Sensitivity and attachment: A meta analysis on parental antecedents of infant attachment. *Child development*, 68(4), 571-591.
- Farrell, A. K., Simpson, J. A., Carlson, E. A., Englund, M. M., & Sung, S. (2017). The impact of stress at different life stages on physical health and the buffering effects of maternal sensitivity. *Health Psychology*, 36(1), 35.
- Feldman, R., Rosenthal, Z., & Eidelman, A. I. (2014). Maternal-preterm skin-to-skin contact enhances child physiologic organization and cognitive control across the first 10 years of life. *Biological psychiatry*, 75(1), 56-64.
- Furlong, M., McGilloway, S., Bywater, T., Hutchings, J., Smith, S. M., & Donnelly, M. (2012). Behavioural and cognitive behavioural group based parenting programmes for early onset conduct problems in children aged 3 to 12 years. *Campbell Systematic Reviews*, 8(1), 1-239.
- Gaertner, B. M., Spinrad, T. L., & Eisenberg, N. (2008). Focused attention in toddlers: Measurement, stability, and relations to negative emotion and parenting. *Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice*, 17(4), 339-363.
- Garner PW. 2006. Prediction of prosocial and emotional competence from maternal behavior in African American preschoolers. *Cultur Divers Ethnic Minor Psychol.* 12(2):179-98.
- Garner, A., Yogman, M., & Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health. (2021). Preventing childhood toxic stress: partnering with families and communities to promote relational health. *Pediatrics*, 148(2).
- Green, J., & Goldwyn, R. (2002). Annotation: attachment disorganisation and psychopathology: new findings in attachment research and their potential implications for developmental psychopathology in childhood. *Journal of child psychology and psychiatry*, 43(7), 835-846.
- Gunnar, M. R., Kryzer, E., Van Ryzin, M. J., & Phillips, D. A. (2011). The import of the cortisol rise in child care differs as a function of behavioral inhibition. *Developmental Psychology*, 47(3), 792.
- Gunnar, M. R., Kryzer, E., Van Ryzin, M. J., & Phillips, D. A. (2010). The rise in cortisol in family day care: Associations with aspects of care quality, child behavior, and child sex. *Child Development*, 81(3), 851-869.
- Gutman, L. M., & Feinstein, L. (2010). Parenting behaviours and children's development from infancy to early childhood: Changes, continuities and contributions. *Early Child Development and Care*, 180(4), 535-556.
- Hanley, G. P., Iwata, B. A., & McCord, B. E. (2003). Functional analysis of problem behavior: A review. *Journal of applied behavior analysis*, 36(2), 147-185.
- Hatfield, B. E., & Williford, A. P. (2017). Cortisol patterns for young children displaying disruptive behavior: Links to a teacher-child, relationship-focused intervention. *Prevention Science*, 18(1), 40-49.
- Hoeve, M., Stams, G. J. J., Van der Put, C. E., Dubas, J. S., Van der Laan, P. H., & Gerris, J. R. (2012). A meta-analysis of attachment to parents and delinquency. *Journal of abnormal child psychology*, 40(5), 771-785.
- Hong, Y. R., & Park, J. S. (2012). Impact of attachment, temperament and parenting on human development. *Korean journal of pediatrics*, 55(12), 449.
- Howes, C., & Spieker, S. (2008). Attachment relationships in the context of multiple caregivers. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 317–332). The Guilford Press.
- Huesmann, L. R. (1997). Observational learning of violent behavior. In *Biosocial bases of violence* (pp. 69-88). Springer, Boston, MA.
- Kuhlman, K. R., Horn, S. R., Chiang, J. J., & Bower, J. E. (2020). Early life adversity exposure and circulating markers of inflammation in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Brain, behavior, and immunity*, 86, 30-42.
- Landry, S. H., Smith, K. E., & Swank, P. R. (2003). The importance of parenting during early childhood for school-age development. *Developmental neuropsychology*, 24(2-3), 559-591.
- Landry, S. H., & Smith, K. E., Swank, PR, & Guttentag, C.(2008). A responsive parenting intervention: The optimal timing across early childhood for impacting maternal behaviors and child outcomes. *Developmental Psychology*, 44(5), 1335-1353.
- Lederberg, A. R., & Mobley, C. E. (1990). The effect of hearing impairment on the quality of attachment and mother-toddler interaction. *Child development*, 61(5), 1596-1604.
- Loman, M., & Gunnar, M. R. (2010). Early experience and the development of stress reactivity and regulation in children. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 34(6), 867-876.
- Londeville, S., & Main, M. (1981). Security of attachment, compliance, and maternal training methods in the second year of life. *Developmental psychology*, 17(3), 289.
- Luby, J., Belden, A., Botteron, K., Marrus, N., Harms, M. P., Babb, C., ... & Barch, D. (2013). The effects of poverty on childhood brain development: the mediating effect of caregiving and stressful life events. *JAMA pediatrics*, 167(12), 1135-1142.
- McCormick, C. B., & Kennedy, J. H. (1994). Parent-child attachment working models and self-esteem in adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 23(1), 1-18.
- National Scientific Council on the Developing Child. (2005/2014). Excessive Stress Disrupts the Architecture of the Developing Brain: Working Paper 3.
- National Scientific Council on the Developing Child. (2015). Supportive relationships and active skill-building strengthen the foundations of resilience: Working paper no. 13.
- Raby, K. L., Roisman, G. I., Fraley, R. C., & Simpson, J. A. (2015). The enduring predictive significance of early maternal sensitivity: Social and academic competence through age 32 years. *Child development*, 86(3), 695-708.
- Schweinhart, L. J., Montie, J., Xiang, Z., Barnett, W. S., Belfield, C. R., & Nores, M. (2005). Lifetime effects: The High/Scope Perry Preschool study through age 40. (Monographs of the High/Scope Educational Research Foundation, 14). Ypsilanti, MI: High/Scope Press.
- Schweinhart, L. J., & Weikart, D. P. (1993). Success by Empowerment: The High/Scope Perry Preschool Study through Age 27. *Young children*, 49(1), 54-58.
- Sroufe, L. A., Coffino, B., & Carlson, E. A. (2010). Conceptualizing the role of early experience: Lessons from the Minnesota longitudinal study. *Developmental Review*, 30(1), 36-51.
- Sears W and Sears M. 2001. *The Attachment Parenting Book : A Commonsense Guide to Understanding and Nurturing Your Baby*. First edition. New York: Little, Brown and company.
- Schore AN. 2001. Effects of a Secure Attachment Relationship on Right Brain Development, Affect Regulation, and Infant Mental Health. *Infant Mental Health Journal* 22, 1-2: 7-66.

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

- Suess, G. J., Grossmann, K. E., & Sroufe, L. A. (1992). Effects of infant attachment to mother and father on quality of adaptation in preschool: From dyadic to individual organisation of self. *International journal of behavioral development*, 15(1), 43-65.
- Van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2019). Bridges across the intergenerational transmission of attachment gap. *Current opinion in psychology*, 25, 31-36.
- Van IJzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: a meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological bulletin*, 117(3), 387.
- Van Zeijl, J., Mesman, J., Van IJzendoorn, M. H., Bakermans-Kranenburg, M. J., Juffer, F., Stolk, M. N., & Alink, L. R. (2006). Attachment-based intervention for enhancing sensitive discipline in mothers of 1-to 3-year-old children at risk for externalizing behavior problems: a randomized controlled trial. *Journal of consulting and clinical psychology*, 74(6), 994.
- Verhage, M. L., Schuengel, C., Madigan, S., Fearon, R. M., Oosterman, M., Cassibba, R., ... & van IJzendoorn, M. H. (2016). Narrowing the transmission gap: A synthesis of three decades of research on intergenerational transmission of attachment. *Psychological bulletin*, 142(4), 337.
- Waters, E., & Cummings, E. M. (2000). A secure base from which to explore close relationships. *Child development*, 71(1), 164-172.
- Whittle, S., Liu, K., Bastin, C., Harrison, B. J., & Davey, C. G. (2016). Neurodevelopmental correlates of proneness to guilt and shame in adolescence and early adulthood. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 19, 51-57.
- Woodhouse, S. S., Scott, J. R., Hepworth, A. D., & Cassidy, J. (2020). Secure base provision: A new approach to examining links between maternal caregiving and infant attachment. *Child Development*, 91(1), e249-e265.
- Rozdział 3: Zabawa**
- Barkley, R. A. (2013). *Defiant children: A clinician's manual for assessment and parent training*. Guilford press.
- Becker, D. R., McClelland, M. M., Loprinzi, P., & Trost, S. G. (2014). Physical activity, self-regulation, and early academic achievement in preschool children. *Early Education & Development*, 25(1), 56-70.
- Bodrova, E., & Leong, D. J. (2019). Tools of the mind: the Vygotskian-based early childhood program. *Journal of Cognitive Education and Psychology*, 17(3), 223-237.
- Buchsbaum, D., Bridgers, S., Skolnick Weisberg, D., & Gopnik, A. (2012). The power of possibility: Causal learning, counterfactual reasoning, and pretend play. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 367(1599), 2202-2212.
- Burdette, H. L., & Whitaker, R. C. (2005). Resurrecting free play in young children: looking beyond fitness and fatness to attention, affiliation, and affect. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 159(1), 46-50.
- Centers for Disease Control and Prevention (2019) Special Playtime. Available at: <https://www.cdc.gov/parents/essentials/communication/specialplaytime.html>
- Colliver, Y., Brown, J. E., Harrison, L. J., & Humberg, P. (2022). Free play predicts self-regulation years later: Longitudinal evidence from a large Australian sample of toddlers and preschoolers. *Early Childhood Research Quarterly*, 59, 148-161.
- Dansky, J. L., & Silverman, I. W. (1973). Effects of play on associative fluency in preschool-aged children. *Developmental Psychology*, 9(1), 38-43.
- Elkind, D. (2007). *The power of play: How spontaneous, imaginative activities lead to happier, healthier children*. Da Capo Lifelong Books.
- Fisher, K. R., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., & Gryfe, S. G. (2008). Conceptual split? Parents' and experts' perceptions of play in the 21st century. *Journal of applied developmental psychology*, 29(4), 305-316.
- Fisher, K. R., Hirsh Pasek, K., Newcombe, N., & Golinkoff, R. M. (2013). Taking shape: Supporting preschoolers' acquisition of geometric knowledge through guided play. *Child development*, 84(6), 1872-1878.
- Furlong, M., McGilloway, S., Bywater, T., Hutchings, J., Smith, S. M., & Donnelly, M. (2012). Behavioural and cognitive behavioural group based parenting programmes for early onset conduct problems in children aged 3 to 12 years. *Campbell Systematic Reviews*, 8(1), 1-239.
- Gopnik, A., Griffiths, T. L., & Lucas, C. G. (2015). When younger learners can be better (or at least more open-minded) than older ones. *Current Directions in Psychological Science*, 24(2), 87-92.
- Gopnik, A., & Walker, C. M. (2013). Considering Counterfactuals: The Relationship between Causal Learning and Pretend Play. *American Journal of Play*, 6(1), 15-28.
- Gopnik, A. (2010). How babies think. *Scientific American*, 303(1), 76-81.
- Hammond, S. I., Müller, U., Carpendale, J. I., Bibok, M. B., & Liebermann-Finstone, D. P. (2012). The effects of parental scaffolding on preschoolers' executive function. *Developmental psychology*, 48(1), 271.
- Healey, A., Mendelsohn, A., Sells, J. M., Donoghue, E., Earls, M., Hashikawa, A., ... & Williams, P. G. (2019). Selecting appropriate toys for young children in the digital era. *Pediatrics*, 143(1).
- Landry, S. H., Smith, K. E., & Swank, P. R. (2003). The importance of parenting during early childhood for school-age development. *Developmental neuropsychology*, 24(2-3), 559-591.
- Neale, D., & Whitebread, D. (2019). Maternal scaffolding during play with 12-to 24-month-old infants: stability over time and relations with emerging effortful control. *Metacognition and Learning*, 14(3), 265-289.
- Pellegrini, A. D., Kato, K., Blatchford, P., & Baines, E. (2002). A short-term longitudinal study of children's playground games across the first year of school: implications for social competence and adjustment to school. *American Educational Research Journal*, 39(4), 991-1015.
- Quinn, S., Donnelly, S., & Kidd, E. (2018). The relationship between symbolic play and language acquisition: A meta-analytic review. *Developmental review*, 49, 121-135.
- Skene, K., O'Farrelly, C. M., Byrne, E. M., Kirby, N., Stevens, E. C., & Ramchandani, P. G. (2022). Can guidance during play enhance children's learning and development in educational contexts? A systematic review and meta analysis. *Child Development*.
- Schulz, L. E., & Bonawitz, E. B. (2007). Serious fun: preschoolers engage in more exploratory play when evidence is confounded. *Developmental psychology*, 43(4), 1045.
- Singer, J. L. (2002). Cognitive and affective implications of imaginative play in childhood. *M. Child and Adolescent Psychiatry*.
- Shonkoff, J. P., Garner, A. S., Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health, Committee on Early Childhood, Adoption, and Dependent Care, and Section on Developmental and Behavioral Pediatrics, Siegel, B. S., Dobbins, M. I., Earls, M. F., ... & Wood, D. L. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), e232-e246.
- Smith, P. K., & Pellegrini, A. (2008). Learning through play. *Encyclopedia on early childhood development*, 24(8), 61.
- Tortella, P., Haga, M., Ingebrigtsen, J. E., Fumagalli, G. F., & Sigmundsson, H. (2019). Comparing free play and partly structured play in 4-5-years-old children in an outdoor playground. *Frontiers in public health*, 7, 197.
- Weisberg, D. S., Kittredge, A. K., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., & Klahr, D. (2015). Making play work for education. *Phi Delta Kappan*, 96(8), 8-13.

Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści

- Weisberg, D. S., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Kittredge, A. K., & Klahr, D. (2016). Guided play: Principles and practices. *Current directions in psychological science*, 25(3), 177-182.
- Weisberg, D. S., Zosh, J. M., Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M. (2013). Talking it up: play, language development, and the role of adult support. *American Journal of Play*, 6(1), 39-54.
- Wenner, M. (2009). The serious need for play. *Scientific American Mind*, 20(1), 22-29.
- World Health Organization. (2019) . Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. World Health Organization.
- Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Baum, R., ... & COMMITTEE ON PSYCHOSOCIAL ASPECTS OF CHILD AND FAMILY HEALTH. (2018). The power of play: A pediatric role in enhancing development in young children. *Pediatrics*, 142(3).
- Yu, Y., Shafto, P., Bonawitz, E., Yang, S. C. H., Golinkoff, R. M., Corriveau, K. H., ... & Xu, F. (2018). The theoretical and methodological opportunities afforded by guided play with young children. *Frontiers in psychology*, 9, 1152.
- Yu, Y. (2022). Using Guided Play to Facilitate Young Children's Exploratory Learning. In *Early Childhood Development and Education in Singapore* (pp. 189-215). Springer, Singapore.
- Zosh, J. M., Verdine, B. N., Filipowicz, A., Golinkoff, R. M., Hirsh Pasek, K., & Newcombe, N. S. (2015). Talking shape: parental language with electronic versus traditional shape sorters. *Mind, Brain, and Education*, 9(3), 136-144.
- Rozdział 4: Stacje Rozwojowe**
- Adolph, K. E., & Robinson, S. R. (2015). Motor development.
- Anderson-McNamee, J. K., & Bailey, S. J. (2010). The importance of play in early childhood development. *Montana State University Extension*, 4(10), 1-4.
- Arnold, J. E., Graesch, A. P., Ochs, E., & Ragazzini, E. (2012). Life at home in the twenty-first century: 32 families open their doors. ISD LLC.
- Bergman Deitcher, D., Aram, D., & Adar, G. (2019). Book selection for shared reading: Parents' considerations and researchers' views. *Journal of Early Childhood Literacy*, 19(3), 291-315.
- Bodrova, E., & Leong, D. J. (2019). Making Play Smarter, Stronger, and Kinder: Lessons from Tools of the Mind. *American Journal of Play*, 12(1), 37-53.
- Bodrova, E., Germeroth, C., & Leong, D. J. (2013). Play and self-regulation: lessons from Vygotsky. *American Journal of play*, 6(1), 111-123.
- Boonzaaijer, M., Suur, I., Mollema, J., Nuysink, J., Volman, M., & Jongmans, M. (2021). Factors associated with gross motor development from birth to independent walking: A systematic review of longitudinal research. *Child: care, health and development*, 47(4), 525-561.
- Bower, C., Odean, R., Verdine, B. N., Medford, J. R., Marzouk, M., Golinkoff, R. M., & Hirsh-Pasek, K. (2020). Associations of 3-year-olds' block-building complexity with later spatial and mathematical skills. *Journal of Cognition and Development*, 21(3), 383-405.
- Brown, C. G. (2010). Improving fine motor skills in young children: an intervention study. *Educational Psychology in Practice*, 26(3), 269-278.
- Bundy, A. C., Shia, S., Qi, L., & Miller, L. J. (2007). How does sensory processing dysfunction affect play?. *The American Journal of Occupational Therapy*, 61(2), 201-208.
- Çer, E. (2016). Preparing Books for Children from Birth through Age Six: A New Children's Reality Approach. *Universal Journal of Educational Research*, 4(5), 1024-1036.
- Clark-Gambelunghe, M. B., & Clark, D. A. (2015). Sensory development. *Pediatric Clinics*, 62(2), 367-384.
- Comuk-Balci, N., Bayoglu, B., Tekindal, A., Kerem-Gunel, M., & Anlar, B. (2016). Screening preschool children for fine motor skills: environmental influence. *Journal of physical therapy science*, 28(3), 1026-1031.
- Dauch, C., Imwalle, M., Ocasio, B., & Metz, A. E. (2018). The influence of the number of toys in the environment on toddlers' play. *Infant Behavior and Development*, 50, 78-87.
- DeHaan, R. L. (2009). Teaching creativity and inventive problem solving in science. *CBE—Life Sciences Education*, 8(3), 172-181.
- Diamond, M. C., Krech, D., & Rosenzweig, M. R. (1964). The effects of an enriched environment on the histology of the rat cerebral cortex. *Journal of Comparative Neurology*, 123(1), 111-119.
- Dwyer, J., & Neuman, S. B. (2008). Selecting books for children birth through four: A developmental approach. *Early Childhood Education Journal*, 35(6), 489-494.
- Fromberg, D. P., & Bergen, D. (2012). *Play from birth to twelve: Contexts, perspectives, and meanings*. Routledge.
- Gilbert, B. (2019). *Unorthodox: An Investigation of How Children Articulate Their Sense of Self through Art*. DePaul University.
- Healey, A., Mendelsohn, A., Sells, J. M., Donoghue, E., Earls, M., Hashikawa, A., ... & Williams, P. G. (2019). Selecting appropriate toys for young children in the digital era. *Pediatrics*, 143(1).
- Hendy, L. (2001). Supporting drama and imaginative play in the early years. McGraw-Hill Education (UK).
- Hensch, T. K. (2005). Critical period plasticity in local cortical circuits. *Nature Reviews Neuroscience*, 6(11), 877-888.
- Jirout, J. J., & Newcombe, N. S. (2015). Building blocks for developing spatial skills: Evidence from a large, representative US sample. *Psychological science*, 26(3), 302-310.
- Johnson, C. D. (2003). The Role of Child Development and Social Interaction in the Selection of Children's Literature To Promote Literacy Acquisition. *Early Childhood Research and Practice: An Internet Journal on the Development, Care, and Education of Young Children.*, 5(2), n2.
- Keen, R. (2011). The development of problem solving in young children: A critical cognitive skill. *Annual review of psychology*, 62(1), 1-21.
- Levine, S. C., Ratliff, K. R., Huttenlocher, J., & Cannon, J. (2012). Early puzzle play: a predictor of preschoolers' spatial transformation skill. *Developmental psychology*, 48(2), 530.
- Lim, H., Chan, T., & Yoong, T. (1994). Denver developmental screening test (DDST). *Singapore Med J*, 35, 156-160.
- McClure, E. R., Guernsey, L., Clements, D. H., Bales, S. N., Nichols, J., Kendall-Taylor, N., & Levine, M. H. (2017). STEM Starts Early: Grounding Science, Technology, Engineering, and Math Education in Early Childhood. In Joan Ganz Cooney center at sesame workshop. Joan Ganz Cooney Center at Sesame Workshop. 1900 Broadway, New York, NY 10023.
- Matheis, M., & Estabillo, J. A. (2018). Assessment of fine and gross motor skills in children. In *Handbook of childhood psychopathology and developmental disabilities assessment* (pp. 467-484). Springer, Cham.
- McPherson, G. E. (2009). The role of parents in children's musical development. *Psychology of Music*, 37(1), 91-110.
- Møller, S. J. (2015). Imagination, playfulness, and creativity in children's play with different toys. *American Journal of Play*, 7(3), 322.
- Ness, D., & Farenga, S. J. (2016). Blocks, Bricks, and Planks: Relationships between Affordance and Visuo-Spatial Constructive Play Objects. *American Journal of Play*, 8(2), 201-227.

Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści

- Plumert, J. M. (2018). Studying the perception-action system as a model system for understanding development. Academic Press.
- Pochinki, N., Reis, D., Casasola, M., Oakes, L. M., & LoBue, V. (2021). Natural variability in parent-child puzzle play at home. *Frontiers in Psychology*, 3977.
- Roussou, M. (2004). Learning by doing and learning through play: an exploration of interactivity in virtual environments for children. *Computers in Entertainment (CIE)*, 2(1), 10-10.
- Schmidt, M. E., Pempek, T. A., Kirkorian, H. L., Lund, A. F., & Anderson, D. R. (2008). The effects of background television on the toy play behavior of very young children. *Child development*, 79(4), 1137-1151.
- Sosa, A. V. (2016). Association of the type of toy used during play with the quantity and quality of parent-infant communication. *JAMA pediatrics*, 170(2), 132-137.
- Stagnitti, K. (2004). Understanding play: The implications for play assessment. *Australian occupational therapy journal*, 51(1), 3-12.
- Starko, A. J. (2017). Creativity in the classroom: Schools of curious delight. Routledge.
- Strooband, K. F., de Rosnay, M., Okely, A. D., & Veldman, S. L. (2020). Systematic review and meta-analyses: Motor skill interventions to improve fine motor development in children aged birth to 6 years. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 41(4), 319-331.
- Tervaniemi, M., Tao, S., & Huotilainen, M. (2018, October). Promises of music in education?. In *Frontiers in education* (Vol. 3, p. 74). Frontiers Media SA.
- Trainor, L. J. (2005). Are there critical periods for musical development?. *Developmental Psychobiology: The Journal of the International Society for Developmental Psychobiology*, 46(3), 262-278.
- Trawick-Smith, J., Russell, H., & Swaminathan, S. (2011). Measuring the effects of toys on the problem-solving, creative and social behaviours of preschool children. *Early Child Development and Care*, 181(7), 909-927.
- Veldman, S. L., Jones, R. A., & Okely, A. D. (2016). Efficacy of gross motor skill interventions in young children: an updated systematic review. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 2(1), e000067.
- Volchegorskaya, E., & Nogina, O. (2014). Musical development in early childhood. *Procedia-Social And Behavioral Sciences*, 146, 364-368.
- Voyajolu, A., & Ockelford, A. (2016). Sounds of intent in the early years: A proposed framework of young children's musical development. *Research Studies in Music Education*, 38(1), 93-113.
- Wan, C. Y., & Schlaug, G. (2010). Music making as a tool for promoting brain plasticity across the life span. *The Neuroscientist*, 16(5), 566-577.
- Watts, T., Stagnitti, K., & Brown, T. (2014). Relationship between play and sensory processing: A systematic review. *The American Journal of Occupational Therapy*, 68(2), e37-e46.
- Weisberg, D. S., Kittredge, A. K., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., & Klahr, D. (2015). Making play work for education. *Phi Delta Kappan*, 96(8), 8-13.
- Welch, G. F. (2002). Early childhood musical development. In *The Arts in Children's Lives* (pp. 113-128). Springer, Dordrecht.
- Welch, G. F. (2014). The musical development and education of young children. In *Handbook of research on the education of young children* (pp. 269-286). Routledge.
- WHO Multicentre Growth Reference Study Group, & de Onis, M. (2006). WHO Motor Development Study: windows of achievement for six gross motor development milestones. *Acta paediatrica*, 95, 86-95.
- Wijnhoven, T. M., de Onis, M., Onyango, A. W., Wang, T., Bjoerneboe, G. E. A., Bhandari, N., ... & Rashidi, B. A. (2004). Assessment of gross motor development in the WHO Multicentre Growth Reference Study. *Food and nutrition bulletin*, 25(1_suppl_1), S37-S45.
- Wooldridge, M. B., & Shapka, J. (2012). Playing with technology: Mother-toddler interaction scores lower during play with electronic toys. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 33(5), 211-218.
- Zhbanova, K. (2019). Developing creativity through STEM subjects integrated with the arts. *Journal of STEM Arts, Crafts, and Constructions*, 4(1), 1.
- Rozdział 5: Czas przed ekranem**
- American Psychological Association. (2020). What do we really know about kids and screens. *Monitor on Psychology*, 51(3).
- Bergmann, C., Dimitrova, N., Alaslani, K., Almohammadi, A., Alroqi, H., Aussems, S., ... & Mani, N. (2022). Young children's screen time during the first COVID-19 lockdown in 12 countries. *Scientific reports*, 12(1), 1-15.
- Biddle, S. J., Pearson, N., Ross, G. M., & Braithwaite, R. (2010). Tracking of sedentary behaviours of young people: a systematic review. *Preventive medicine*, 51(5), 345-351.
- Cartanyà-Hueso, À., Lidón-Moyano, C., Cassanello, P., Díez-Izquierdo, A., Martín-Sánchez, J. C., Balaguer, A., & Martínez-Sánchez, J. M. (2021, January). Smartphone and tablet usage during COVID-19 pandemic confinement in children under 48 months in Barcelona (Spain). In *Healthcare* (Vol. 9, No. 1, p. 96). MDPI.
- Chonchaiya, W., & Pruksananonda, C. (2008). Television viewing associates with delayed language development. *Acta Paediatrica*, 97(7), 977-982.
- Christakis, D. A. (2009). The effects of infant media usage: what do we know and what should we learn?. *Acta Paediatrica*, 98(1), 8-16.
- Council on Communications and Media. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591.
- Courage, M. L., Murphy, A. N., Goulding, S., & Setliff, A. E. (2010). When the television is on: The impact of infant-directed video on 6-and 18-month-olds' attention during toy play and on parent-infant interaction. *Infant Behavior and Development*, 33(2), 176-188.
- De Decker, E., De Craemer, M., De Bourdeaudhuij, I., Wijndaele, K., Duvinage, K., Koletzko, B., ... & ToyBox study group. (2012). Influencing factors of screen time in preschool children: an exploration of parents' perceptions through focus groups in six European countries. *Obesity reviews*, 13, 75-84.
- DeLoache, J. S., Chiong, C., Sherman, K., Islam, N., Vanderborgh, M., Troseth, G. L., ... & O'Doherty, K. (2010). Do babies learn from baby media?. *Psychological Science*, 21(11), 1570-1574.
- Domingues Montanari, S. (2017). Clinical and psychological effects of excessive screen time on children. *Journal of paediatrics and child health*, 53(4), 333-338.
- Gentile, D. A., Oberg, C., Sherwood, N. E., Story, M., Walsh, D. A., & Hogan, M. (2004). Well-child visits in the video age: pediatricians and the American Academy of Pediatrics' guidelines for children's media use. *Pediatrics*, 114(5), 1235-1241.
- Hale, L., & Guan, S. (2015). Screen time and sleep among school-aged children and adolescents: a systematic literature review. *Sleep medicine reviews*, 21, 50-58.
- Hancox, R. J., Milne, B. J., & Poulton, R. (2005). Association of television viewing during childhood with poor educational achievement. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 159(7), 614-618.
- Hutton, J. S., Dudley, J., Horowitz-Kraus, T., DeWitt, T., & Holland, S. K. (2020). Associations between screen-based media use and brain white matter integrity in preschool-aged children. *JAMA pediatrics*, 174(1), e193869-e193869.

Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści

- Janssen, X., Martin, A., Hughes, A. R., Hill, C. M., Kotronoulas, G., & Hesketh, K. R. (2020). Associations of screen time, sedentary time and physical activity with sleep in under 5s: A systematic review and meta-analysis. *Sleep medicine reviews*, 49, 101226.
- Janz, K. F., Dawson, J. D., & Mahoney, L. T. (2000). Tracking physical fitness and physical activity from childhood to adolescence: the Muscatine study. *Medicine and science in sports and exercise*, 32(7), 1250-1257.
- Kelly, L. A., Reilly, J. J., Jackson, D. M., Montgomery, C., Grant, S., & Paton, J. Y. (2007). Tracking physical activity and sedentary behavior in young children. *Pediatric exercise science*, 19(1).
- Kuta, C. (2017). The negative impact of excessive screen time on language development in children under 6-years-old: An integrative review with screen time reduction toolkit and presentation for outpatient pediatric and family health providers.
- Liu, J., Riesch, S., Tien, J., Lipman, T., Pinto-Martin, J., & O'Sullivan, A. (2021). Screen media overuse and associated physical, cognitive, and emotional/behavioral outcomes in children and adolescents: an integrative review. *Journal of Pediatric Health Care*.
- Madigan, S., Browne, D., Racine, N., Mori, C., & Tough, S. (2019). Association between screen time and children's performance on a developmental screening test. *JAMA pediatrics*, 173(3), 244-250.
- Mineshita, Y., Kim, H. K., Chijiki, H., Nanba, T., Shinto, T., Furuhashi, S., ... & Shibata, S. (2021). Screen time duration and timing: effects on obesity, physical activity, dry eyes, and learning ability in elementary school children. *BMC Public Health*, 21(1), 1-11.
- Richert, R. A., Robb, M. B., Fender, J. G., & Wartella, E. (2010). Word learning from baby videos. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 164(5), 432-437.
- Salmon, J., Tremblay, M. S., Marshall, S. J., & Hume, C. (2011). Health risks, correlates, and interventions to reduce sedentary behavior in young people. *American journal of preventive medicine*, 41(2), 197-206.
- Schmidt, M. E., Pempek, T. A., Kirkorian, H. L., Lund, A. F., & Anderson, D. R. (2008). The effects of background television on the toy play behavior of very young children. *Child development*, 79(4), 1137-1151.
- Tremblay, M. S., Colley, R. C., Saunders, T. J., Healy, G. N., & Owen, N. (2010). Physiological and health implications of a sedentary lifestyle. *Applied physiology, nutrition, and metabolism*, 35(6), 725-740.
- Veraksa, N., Veraksa, A., Gavrilova, M., Bukhalenka, D., Oshchepkova, E., & Chursina, A. (2021). Short-and long-term effects of passive and active screen time on young Children's phonological memory. In *Frontiers in Education* (Vol. 6). Frontiers Media SA.
- World Health Organization. (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. World Health Organization.
- Zimmerman, F. J., Christakis, D. A., & Meltzoff, A. N. (2007). Associations between media viewing and language development in children under age 2 years. *The Journal of pediatrics*, 151(4), 364-368.
- Zimmerman, F. J., Glew, G. M., Christakis, D. A., & Katon, W. (2005). Early cognitive stimulation, emotional support, and television watching as predictors of subsequent bullying among grade-school children. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 159(4), 384-388.
- Zimmerman, F. J., & Christakis, D. A. (2005). Children's television viewing and cognitive outcomes: a longitudinal analysis of national data. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 159(7), 619-625.
- Rozdział 6: Rozmowa z dzieckiem**
- Aram, D., Fine, Y., & Ziv, M. (2013). Enhancing parent-child shared book reading interactions: Promoting references to the book's plot and socio-cognitive themes. *Early childhood research quarterly*, 28(1), 111-122.
- Britto, P. R., BROOKS GUNN, J. E. A. N. N. E., & Griffin, T. M. (2006). Maternal reading and teaching patterns: Associations with school readiness in low income African American families. *Reading Research Quarterly*, 41(1), 68-89.
- Ferguson, C. A., Menn, L., & Stoel-Gammon, C. (Eds.). (1992). *Phonological development: Models, research, implications*. York Press.
- Fisher, P. A., Frenkel, T. I., Noll, L. K., Berry, M., & Yockelson, M. (2016). Promoting healthy child development via a two generation translational neuroscience framework: the Filming Interactions to Nurture Development video coaching program. *Child Development Perspectives*, 10(4), 251-256.
- Flack, Z. M., Field, A. P., & Horst, J. S. (2018). The effects of shared storybook reading on word learning: A meta-analysis. *Developmental psychology*, 54(7), 1334.
- Frosch, C. A., Cox, M. J., & Goldman, B. D. (2001). Infant-parent attachment and parental and child behavior during parent-toddler storybook interaction. *Merrill-Palmer Quarterly* (1982-), 445-474.
- Golinkoff, R. M., Hoff, E., Rowe, M. L., Tamis LeMonda, C. S., & Hirsh Pasek, K. (2019). Language matters: Denying the existence of the 30 million word gap has serious consequences. *Child development*, 90(3), 985-992.
- Hart, B., & Risley, T. R. (1995). Meaningful differences in the everyday experience of young American children. Paul H Brookes Publishing.
- Hart, B., & Risley, T. R. (1992). American parenting of language-learning children: Persisting differences in family-child interactions observed in natural home environments. *Developmental Psychology*, 28(6), 1096-1105.
- Hawkey, E. (2019) Media use in childhood: Evidence-based recommendations for caregivers. American Psychological Association. <https://www.apa.org/pi/families/resources/newsletter/2019/05/media-use-childhood>
- Hassinger Das, B., Ridge, K., Parker, A., Golinkoff, R. M., Hirsh Pasek, K., & Dickinson, D. K. (2016). Building vocabulary knowledge in preschoolers through shared book reading and gameplay. *Mind, Brain, and Education*, 10(2), 71-80.
- Healey, A., Mendelsohn, A., Sells, J. M., Donoghue, E., Earls, M., Hashikawa, A., ... & Williams, P. G. (2019). Selecting appropriate toys for young children in the digital era. *Pediatrics*, 143(1).
- Hindman, A. H., Wasik, B. A., & Snell, E. K. (2016). Closing the 30 million word gap: Next steps in designing research to inform practice. *Child Development Perspectives*, 10(2), 134-139.
- Johnson, C. D. (2003). The Role of Child Development and Social Interaction in the Selection of Children's Literature To Promote Literacy Acquisition. *Early Childhood Research and Practice: An Internet Journal on the Development, Care, and Education of Young Children*, 5(2), n2.
- Justice, L. M., Meier, J., & Walpole, S. (2005). Learning new words from storybooks.
- Kassow, D. Z. (2006). Parent-child shared book reading: Quality versus quantity of reading interactions between parents and young children. *Talaris Research Institute*, 1(1), 1-9.
- Linebarger, D. L., & Walker, D. (2005). Infants' and toddlers' television viewing and language outcomes. *American behavioral scientist*, 48(5), 624-645.
- Logan, Jessica A. R. PhD; Justice, Laura M. PhD; Yumuş, Melike PhD†; Chaparro-Moreno, Leydi Johana. (2019) When Children Are Not Read to at Home: The Million Word Gap. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*.40(5), 383-386
- Miller, L. B., Dyer, J. L., Stevenson, H., & White, S. H. (1975). Four preschool programs: Their dimensions and effects. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 1-170.
- Moss, E., & St-Laurent, D. (2001). Attachment at school age and academic performance. *Developmental psychology*, 37(6), 863.

Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści

- Noble, C., Sala, G., Peter, M., Lingwood, J., Rowland, C., Gobet, F., & Pine, J. (2019). The impact of shared book reading on children's language skills: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 28, 100290.
- Partridge, H. A. (2004). Helping parents make the most of shared book reading. *Early Childhood Education Journal*, 32(1), 25-30.
- Quinn, S., Donnelly, S., & Kidd, E. (2018). The relationship between symbolic play and language acquisition: A meta-analytic review. *Developmental review*, 49, 121-135.
- Romeo, R. R., Leonard, J. A., Robinson, S. T., West, M. R., Mackey, A. P., Rowe, M. L., & Gabrieli, J. D. (2018). Beyond the 30-million-word gap: Children's conversational exposure is associated with language-related brain function. *Psychological science*, 29(5), 700-710.
- Romeo, R. R., Segaran, J., Leonard, J. A., Robinson, S. T., West, M. R., Mackey, A. P., ... & Gabrieli, J. D. (2018). Language exposure relates to structural neural connectivity in childhood. *Journal of Neuroscience*, 38(36), 7870-7877.
- Shanahan, T., & Lonigan, C. J. (2010). The National Early Literacy Panel: A summary of the process and the report. *Educational Researcher*, 39(4), 279-285.
- Sonnenschein, S., & Munsterman, K. (2002). The influence of home-based reading interactions on 5-year-olds' reading motivations and early literacy development. *Early Childhood Research Quarterly*, 17, 318 –337.
- Sosa, A. V. (2016). Association of the type of toy used during play with the quantity and quality of parent-infant communication. *JAMA pediatrics*, 170(2), 132-137.
- Sylva, K., Scott, S., Totsika, V., Ereky Stevens, K., & Crook, C. (2008). Training parents to help their children read: A randomized control trial. *British Journal of educational Psychology*, 78(3), 435-455.
- Toub, T. S., Hassinger-Das, B., Nesbitt, K. T., Ilgaz, H., Weisberg, D. S., Hirsh-Pasek, K., ... & Dickinson, D. K. (2018). The language of play: Developing preschool vocabulary through play following shared book-reading. *Early Childhood Research Quarterly*, 45, 1-17.
- Van Kleeck, A. (2003). Research on book sharing: Another critical look. In On reading books to children (pp. 273-320). Routledge.
- Wasik, B. A., & Hindman, A. H. (2018). Why wait? The importance of wait time in developing young students' language and vocabulary skills. *The Reading Teacher*, 72(3), 369-378.
- Wasik, B. A., & Jacobi-Vessels, J. L. (2017). Word play: Scaffolding language development through child-directed play. *Early Childhood Education Journal*, 45(6), 769-776.
- Weisberg, D. S., Zosh, J. M., Hirsh-Pasek, K., & Golinkoff, R. M. (2013). Talking it up: play, language development, and the role of adult support. *American Journal of Play*, 6(1), 39-54.
- Weisberg, D. S., Ilgaz, H., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R., Nicolopoulou, A., & Dickinson, D. K. (2015). Shovels and swords: How realistic and fantastical themes affect children's word learning. *Cognitive Development*, 35, 1-14.
- Wu, Z., & Gros-Louis, J. (2014). Infants' prelinguistic communicative acts and maternal responses: Relations to linguistic development. *First Language*, 34(1), 72-90.
- Zosh, J. M., Verdine, B. N., Filipowicz, A., Golinkoff, R. M., Hirsh Pasek, K., & Newcombe, N. S. (2015). Talking shape: parental language with electronic versus traditional shape sorters. *Mind, Brain, and Education*, 9(3), 136-144.
- Blair, C. (2017). Educating executive function. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science*, 8(1-2), e1403.
- Blair, C., Zelazo, P.D. & Greenberg, M.T. (2005). The measurement of executive function in early childhood. *Developmental Neuropsychology*, 28(2), 561-571.
- Blair, C. (2002). School readiness: Integrating cognition and emotion in a neurobiological conceptualization of children's functioning at school entry. *American Psychologist*, 57(2), 111-127.
- Blake, P. R., Piovesan, M., Montinari, N., Warneken, F., & Gino, F. (2015). Prosocial norms in the classroom: The role of self-regulation in following norms of giving. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 115, 18-29.
- Bierman, K.L., Nix, R.L., Greenberg, M.T., Blair, C. & Domitrovich, C.E. (2008). Executive functions and school readiness intervention: Impact, moderation, and mediation in the Head Start REDE program. *Development and Psychopathology*, 20(3), 821-843.
- Center on the Developing Child at Harvard University (2011). Building the Brain's "Air Traffic Control" System: How Early Experiences Shape the Development of Executive Function: Working Paper No. 11.
- Center on the Developing Child (2012). Executive Function. Retrieved from www.developingchild.harvard.edu.
- Center on the Developing Child at Harvard University (2014). Enhancing and Practicing Executive Function Skills with Children from Infancy to Adolescence.
- Diamond, A. (2002). Normal development of prefrontal cortex from birth to young adulthood: Cognitive functions, anatomy, and biochemistry. In D.T. Stuss & R.T. Knight (Eds.), *Principles of frontal lobe function* (pp. 466-503). New York: Oxford University Press.
- Domitrovich, C.E., Cortes, R., & Greenberg, M.T. (2007). Improving young children's social and emotional competence: A randomized trial of the preschool PATHS curriculum. *Journal of Primary Prevention*, 28(2), 67-91.
- Driscoll, K. C., & Pianta, R. C. (2010). Banking time in head start: Early efficacy of an intervention designed to promote supportive teacher-child relationships. *Early Education and Development*, 21(1), 38-64.
- Gaertner, B. M., Spinrad, T. L., & Eisenberg, N. (2008). Focused attention in toddlers: Measurement, stability, and relations to negative emotion and parenting. *Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice*, 17(4), 339-363.
- Geoffroy, M. C., Côté, S. M., Parent, S., & Séguin, J. R. (2006). Daycare attendance, stress, and mental health. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 51(9), 607-615.
- Gillespie, L. (2015). It takes two: The role of co-regulation in building self-regulation skills. *YC Young Children*, 70(3), 94-96.
- Gunnar, M. R., Kryzer, E., Van Ryzin, M. J., & Phillips, D. A. (2010). The rise in cortisol in family day care: Associations with aspects of care quality, child behavior, and child sex. *Child Development*, 81(3), 851-869.
- Huizinga, M., Baeyens, D., & Burack, J. A. (2018). Executive function and education. *Frontiers in Psychology*, 9, 1357.
- Inzlicht, M., Werner, K. M., Briskin, J. L., & Roberts, B. W. (2021). Integrating models of self-regulation. *Annual review of psychology*, 72, 319-345.
- Kochanska, G., Murray, K., & Coy, K. C. (1997). Inhibitory control as a contributor to conscience in childhood: From toddler to early school age. *Child Development*, 68(2), 263-277.
- Lengua, L.J., Honorado, E. & Bush, N.R. (2007). Contextual risk and parenting as predictors of effortful control and social competence in preschool children. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 28(1), 40-55
- Lewitt, E. M. & Baker, L. S. (1995). School readiness. *The Future of Children*, 5(2), 128-139
- McClelland, M.M., Cameron, C.E., Connor, C.M., Farris, C.L., Jewkes, A.M., & Morrison, F.J. (2007). Links between behavioral regulation and preschoolers' literacy, vocabulary, and math skills. *Developmental Psychology*, 43(4), 947-959

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)

- McClelland, M.M., & S.L. Tominey. 2014. *The Development of Self-Regulation and Executive Function in Young Children*. Washington, DC: ZERO TO THREE.
- Mischel, W. (2014). The marshmallow test: Understanding self-control and how to master it. Random House.
- Mischel, W., Ayduk, O., Berman, M. G., Casey, B. J., Gotlib, I. H., Jonides, J., ... & Shoda, Y. (2011). 'Willpower' over the life span: decomposing self-regulation. *Social cognitive and affective neuroscience*, 6(2), 252-256.
- Mischel, W., Shoda, Y., & Rodriguez, M. L. (1989). Delay of gratification in children. *Science*, 244(4907), 933-938.
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., ... & Caspi, A. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the national Academy of Sciences*, 108(7), 2693-2698.
- Murano, D., Sawyer, J. E., & Lipnevich, A. A. (2020). A meta-analytic review of preschool social and emotional learning interventions. *Review of Educational Research*, 90(2), 227-263.
- Murray, D.W., K. Rosanbalm, C. Chrisopoulos, & A. Hamoudi. 2015. *Self-Regulation and Toxic Stress: Foundations for Understanding Self-Regulation From an Applied Developmental Perspective*. OPRE Report #2015-21. Washington, DC: Ofce of Planning, Research and Evaluation, Administration for Children and Families, US Department of Health and Human Services.
- National Scientific Council on the Developing Child. (2005). Excessive stress disrupts the architecture of the developing brain: Working paper no. 3.
- National Scientific Council on the Developing Child. (2008). Mental health problems in early childhood can impair learning and behavior for life: Working paper no. 6.
- Neale, D., & Whitebread, D. (2019). Maternal scaffolding during play with 12-to 24-month-old infants: stability over time and relations with emerging effortful control. *Metacognition and Learning*, 14(3), 265-289.
- Olesen, P.J., Westerberg, H., & Klingberg, T. (2004). Increased prefrontal and parietal activity after training of working memory. *Nature Neuroscience*, 7(1), 75-79.
- Phillips, D. A., Hutchison, J., Martin, A., Castle, S., Johnson, A. D., & Tulsa SEED Study Team. (2022). First do no harm: How teachers support or undermine children's self-regulation. *Early Childhood Research Quarterly*, 59, 172-185.
- Pino-Pasternak, D., & Whitebread, D. (2010). The role of parenting in children's self-regulated learning. *Educational Research Review*, 5(3), 220-242.
- Quinn, S., Donnelly, S., & Kidd, E. (2018). The relationship between symbolic play and language acquisition: A meta-analytic review. *Developmental review*, 49, 121-135.
- Raby, K.L., G.I. Roisman, R.C. Fraley, & J.A. Simpson. 2015. "The Enduring Predictive Significance of Early Maternal Sensitivity: Social and Academic Competence Through Age 32 Years." *Child Development* 86 (3): 695-708.
- Raver, C.C., Garner, P., & Smith-Donald R. (2007). The roles of emotion regulation and emotion knowledge for children's academic readiness: Are the links causal? In R.C. Pianta, M.J. Cox, & K.L. Snow (Eds.), *School readiness and the transition to kindergarten in the era of accountability* (pp. 121-147). Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publishing Co.
- Rothbart, M.K., Posner, M.I., & Kieras, J. (2006). Temper- Temperament, attention and the development of self-regulation. In K. McCartney & D. Phillips (Eds.), *The Blackwell handbook of early child development* (pp. 328-357). Malden, MA: Blackwell Press.
- Rueda, M.R., Posner, M.I., & Rothbart, M.K. (2005). The development of executive attention: Contributions to the emergence of self-regulation. *Developmental Neuropsychology*, 28(2), 573-594.
- Rueda, M.R., Rothbart, M.K., McCandliss, B.D., Saccomanno, L., & Posner, M.I. (2005). Training, maturation and genetic influences on the development of executive attention. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 102(41), 14931-14936.
- Savina, E. (2014). Does play promote self-regulation in children?. *Early Child Development and Care*, 184(11), 1692-1705.
- Sethi, A., Mischel, W., Aber, J. L., Shoda, Y., & Rodriguez, M. L. (2000). The role of strategic attention deployment in development of self-regulation: Predicting preschoolers' delay of gratification from mother-toddler interactions. *Developmental Psychology*, 36(6), 767.
- Shure, M. B. (2001). I can problem solve (ICPS): An interpersonal cognitive problem solving program for children. *Residential Treatment for Children & Youth*, 18(3), 3-14.
- Vandenbroucke, L., Spilt, J., Verschueren, K., Piccinin, C., & Baeyens, D. (2018). The classroom as a developmental context for cognitive development: A meta-analysis on the importance of teacher-student interactions for children's executive functions. *Review of Educational Research*, 88(1), 125-164.
- Wagner, S. L., Cepeda, I., Krieger, D., Maggi, S., D'Angiulli, A., Weinberg, J., & Grunau, R. E. (2016). Higher cortisol is associated with poorer executive functioning in preschool children: The role of parenting stress, parent coping and quality of daycare. *Child Neuropsychology*, 22(7), 853-869.
- Wass, S. V., Scerif, G., & Johnson, M. H. (2012). Training attentional control and working memory—Is younger, better?. *Developmental Review*, 32(4), 360-387.
- Welsh, J.A., Nix, R.L., Blair, C., Bierman, K.L. & Nelson, K.E. (2010). The development of cognitive skills and gains in academic school readiness for children from low-income families. *Journal of Educational Psychology*, 102(1), 43-53.
- Winerman, L. (2014) "Acing the marshmallow test". *American Psychological Association*, 45(11), 28.

Rozdział 8: Mądre pochwały

- Assor, A., Roth, G., & Deci, E. L. (2004). The emotional costs of parents' conditional regard: A Self Determination Theory analysis. *Journal of personality*, 72(1), 47-88.
- Bong, M., & Skaalvik, E. M. (2003). Academic self-concept and self-efficacy: How different are they really?. *Educational psychology review*, 15(1), 1-40.
- Bosman, R. J., Zee, M., de Jong, P. F., & Koomen, H. M. (2021). Using relationship-focused reflection to improve teacher-child relationships and teachers' student-specific self-efficacy. *Journal of School Psychology*, 87, 28-47.
- Cheung, C. S. S., & Pomerantz, E. M. (2012). Why does parents' involvement enhance children's achievement? The role of parent-oriented motivation. *Journal of educational Psychology*, 104(3), 820.
- Dahl, A., Satloff-Bedrick, E. S., Hammond, S. I., Drummond, J. K., Waugh, W. E., & Brownell, C. A. (2017). Explicit scaffolding increases simple helping in younger infants. *Developmental psychology*, 53(3), 407.
- Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999). A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological bulletin*, 125(6), 627.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268.
- Dickerson, S. S., Gruenewald, T. L., & Kemeny, M. E. (2004). When the social self is threatened: Shame, physiology, and health. *Journal of personality*, 72(6), 1191-1216.

Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści

- Dweck, C. S. (2007). The secret to raising smart kids. *Scientific American Mind*, 18(6), 36-43.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218.
- Furlong, M., McGilloway, S., Bywater, T., Hutchings, J., Smith, S. M., & Donnelly, M. (2012). Behavioural and cognitive behavioural group based parenting programmes for early onset conduct problems in children aged 3 to 12 years. *Campbell Systematic Reviews*, 8(1), 1-239.
- Garon Carrier, G., Boivin, M., Guay, F., Kovas, Y., Dionne, G., Lemelin, J. P., ... & Tremblay, R. E. (2016). Intrinsic motivation and achievement in mathematics in elementary school: A longitudinal investigation of their association. *Child development*, 87(1), 165-175.
- Gunderson, E. A., Gripshover, S. J., Romero, C., Dweck, C. S., Goldin Meadow, S., & Levine, S. C. (2013). Parent praise to 1 to 3 year olds predicts children's motivational frameworks 5 years later. *Child development*, 84(5), 1526-1541.
- Gunderson, E. A., Sorhagen, N. S., Gripshover, S. J., Dweck, C. S., Goldin-Meadow, S., & Levine, S. C. (2018). Parent praise to toddlers predicts fourth grade academic achievement via children's incremental mindsets. *Developmental psychology*, 54(3), 397.
- Haimovitz, K., & Dweck, C. S. (2016). What predicts children's fixed and growth intelligence mind-sets? Not their parents' views of intelligence but their parents' views of failure. *Psychological science*, 27(6), 859-869.
- Henderlong, J., & Lepper, M. R. (2002). The effects of praise on children's intrinsic motivation: a review and synthesis. *Psychological bulletin*, 128(5), 774.
- Henderlong Corpus, J., & Lepper, M. R. (2007). The effects of person versus performance praise on children's motivation: Gender and age as moderating factors. *Educational psychology*, 27(4), 487-508.
- Hornstra, L., van der Veen, I., Peetsma, T., & Volman, M. (2013). Developments in motivation and achievement during primary school: A longitudinal study on group-specific differences. *Learning and Individual Differences*, 23, 195-204.
- Hwang, J., & Ham, Y. (2021). Relationship between Mathematical Literacy and Opportunity to Learn with Different Types of Mathematical Tasks. *Journal on Mathematics Education*, 12(2), 199-222.
- Kamins, M. L., & Dweck, C. S. (1999). Person versus process praise and criticism: implications for contingent self-worth and coping. *Developmental psychology*, 35(3), 835.
- Leonard, J. A., Lee, Y., & Schulz, L. E. (2017). Infants make more attempts to achieve a goal when they see adults persist. *Science*, 357(6357), 1290-1294.
- Lucca, K., Horton, R., & Sommerville, J. A. (2019). Keep trying!: Parental language predicts infants' persistence. *Cognition*, 193, 104025.
- McPherson, G. E. (2009). The role of parents in children's musical development. *Psychology of Music*, 37(1), 91-110.
- Miller, R. L., Brickman, P., & Bolen, D. (1975). Attribution versus persuasion as a means for modifying behavior. *Journal of personality and social psychology*, 31(3), 430.
- Mills, R. S., Imm, G. P., Walling, B. R., & Weiler, H. A. (2008). Cortisol reactivity and regulation associated with shame responding in early childhood. *Developmental Psychology*, 44(5), 1369.
- Mueller, C. M., & Dweck, C. S. (1998). Praise for intelligence can undermine children's motivation and performance. *Journal of personality and social psychology*, 75(1), 33.
- Murayama, K., Pekrun, R., Lichtenfeld, S., & Vom Hofe, R. (2013). Predicting long term growth in students' mathematics achievement: The unique contributions of motivation and cognitive strategies. *Child development*, 84(4), 1475-1490.
- National Scientific Council on the Developing Child. (2018). Understanding Motivation: Building the Brain Architecture That Supports Learning, Health, and Community Participation: Working Paper No. 14.
- Orth, U., Erol, R. Y., & Luciano, E. C. (2018). Development of self-esteem from age 4 to 94 years: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological bulletin*, 144(10), 1045.
- Pomerantz, E. M., Grodnick, W. S., & Price, C. E. (2005). The Role of Parents in How Children Approach Achievement: A Dynamic Process Perspective. In A. J. Elliot & C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 229–278). Guilford Publications.
- Pomerantz, E. M., & Dong, W. (2006). Effects of mothers' perceptions of children's competence: The moderating role of mothers' theories of competence. *Developmental Psychology*, 42(5), 950-961.
- Pomerantz, E. M., Moorman, E. A., & Litwack, S. D. (2007). The how, whom, and why of parents' involvement in children's academic lives: more is not always better. *Review of educational research*, 77(3), 373-410.
- Pomerantz, E. M., Ng, F. F.-Y., & Wang, Q. (2006). Mothers' mastery-oriented involvement in children's homework: Implications for the well-being of children with negative perceptions of competence. *Journal of Educational Psychology*, 98(1), 99-111.
- Reeve, J., & Jang, H. (2006). What teachers say and do to support students' autonomy during a learning activity. *Journal of educational psychology*, 98(1), 209.
- Roos, S., Hodges, E. V., & Salmivalli, C. (2014). Do guilt-and shame-proneness differentially predict prosocial, aggressive, and withdrawn behaviors during early adolescence?. *Developmental Psychology*, 50(3), 941.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68.
- Schunk, D. H. (1984). Sequential attributional feedback and children's achievement behaviors. *Journal of educational psychology*, 76(6), 1159.
- Schunk, D. H. (1984). Self efficacy perspective on achievement behavior. *Educational psychologist*, 19(1), 48-58.
- Schunk, D. H. (1995). Self-efficacy, motivation, and performance. *Journal of applied sport psychology*, 7(2), 112-137.
- Schunk, D. H. (2012). Learning theories an educational perspective sixth edition. Pearson.
- Steinmayr, R., & Spinath, B. (2009). The importance of motivation as a predictor of school achievement. *Learning and individual differences*, 19(1), 80-90.
- Stuewig, J., Tangney, J. P., Kendall, S., Folk, J. B., Meyer, C. R., & Dearing, R. L. (2015). Children's proneness to shame and guilt predict risky and illegal behaviors in young adulthood. *Child Psychiatry & Human Development*, 46(2), 217-227.
- Tangney, J. P., Stuewig, J., & Martinez, A. G. (2014). Two faces of shame: The roles of shame and guilt in predicting recidivism. *Psychological science*, 25(3), 799-805.
- Whittle, S., Liu, K., Bastin, C., Harrison, B. J., & Davey, C. G. (2016). Neurodevelopmental correlates of proneness to guilt and shame in adolescence and early adulthood. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 19, 51-57.

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)



© 2022 Rozwojowa Mama
Wszelkie prawa zastrzeżone

TEKST:
Marielle Kuśmierkiewicz-Tourel

TŁUMACZENIE I REDAKCJA:
Katarzyna Bieńkiewicz

ZDJĘCIA:
Marta Machej
(strony: 1,11,21,42,83,87,99,129,133,184,219,241)
Marta Hermanowicz
@shortstories by
@lazysundaysleep till monday
(strony: 7,28,61,71,151,197,217)
Anna Demianiuk:
(strony: 20,73,79,80,106,110,112,113,118,137,
152,155,165,167,172,186,190,207,209,211,
212,218,243)
Otto van Hövell
(strony: 140; ilustracja: Halina van Hövell; 218)

OPRACOWANIE GRAFICZNE:
Natalia Olbińska i Natalia Podejma

ILUSTRACJE I WYKRESY:
Anna Demianiuk

ZDJECIE OKŁADKOWE:
Marta Machej

Kopiowanie, powielanie i wykorzystywanie części lub całości informacji, zdjęć, grafik, i innych zawartych w tym e-booku w formie elektronicznej lub jakiekolwiek innej bez zgody autora jest zabronione.

www.rozwojomama.pl
[@rozwojowa_mama](https://www.instagram.com/rozwojowa_mama)

[Kliknij tu, aby powrócić do spisu treści](#)