

# PODNOSENIE SAMOOCENY NASTOLATKÓW

Zestawienie bibliograficzne nr **1106/18**

Wybór książek i artykułów z czasopism za lata 2001-2018. Zestawienie opracowano na podstawie materiałów dostępnych w Bibliotece Pedagogicznej w Koszalinie. Przy opisach książek zamieszczono informację o sygnaturach.

## 2018

Centrum Edukacji Nauczycieli. Dział Informacji Pedagogicznej – Biblioteka Pedagogiczna w Koszalinie  
ul. Marszałka J. Piłsudskiego 62

Tel./fax (94) 345-45-05

e-mail: sekretariat@bibliotekacen.pl

**http://web.cen.nazwa.pl**

Wybór i oprac. Małgorzata Trembowelska

---

## Wydawnictwa zwarte:

1. Cisło, Ewa

**Poszukiwanie własnej tożsamości i samoakceptacji w okresie adolescencji /**

Ewa Cisło, Agnieszka Lasota // W: Socjoterapia dzieci i młodzieży / red. nauk. Agnieszka Lasota i Jan L. Franczyk. - Wwa, 2015. - S. [190]-209

*Sygnatura 243582, 243583, czyt.243084*

2. Fila-Jankowska, Aleksandra

Samooceana autentyczna / Aleksandra Fila-Jankowska. - Wwa : "Academica", 2009. - 223 s.

*Sygnatura 232683, 232684*

3. Flis, Alicja

Rola samooceny ucznia w szkolnym systemie oceniania / Alicja Flis, Elwira Marcinkiewicz. - Koszalin : CEN, 2001. - 38 s.

*Sygnatura czyt.P-2008*

4. Gindrich, Piotr

**Samooceana oraz poczucie wsparcia edukacyjnego i społecznego młodzieży gimnazjalnej z trudnościami w uczeniu się i zaburzeniami towarzyszącymi /**

Piotr Gindrich // W: Wielość obszarów we współczesnej pedagogice specjalnej / pod red. Zofii Palak, Doroty Chimicz, Agnieszki Pawlak. - Lublin, 2012. - S. 215-232

*Sygnatura 236775, czyt.236774*

5. Gromnicka, Dorota

Jak zbudować poczucie własnej wartości? / Dorota Gromnicka. – Wwa : „Edgard”, 2013. - 244 s.

*Sygnatura 239318*

6. Gurba, Ewa

**Wspieranie młodzieży w zakresie samopoznania, planowania własnego życia oraz podejmowania decyzji dotyczących własnej przyszłości** / Ewa Gurba // W: Psychologia rozwoju człowieka / red. nauk. Janusz Trempała. - Wwa, 2011. - S. [407]-418

*Sygnatura 234394, 234395, 234396, 234397, czyt.234398*

7. Homa, Natalia

**"Jestem sobą - jestem ważny" - samoocena w życiu ucznia** / Natalia Homa, Marlena Stradomska // W: Wychowanie w praktyce szkolnej : scenariusze godzin wychowawczych dla : klas IV-VI szkoły podstawowej / red. nauk. Teresa Zubrzycka-Maciąg. - Wwa, 2016. - S. 47-55

*Sygnatura 242508, 242509, 242510, czyt.242507*

8. Juroszek, Weronika

Autoprezentacja młodzieży szkolnej : emocjonalne i poznawcze konsekwencje deprecjonującej i faworyzującej autoprezentacji u młodzieży z wysokim i niskim lękiem społecznym / Weronika Juroszek. - Kraków : "Impuls", 2010. - 138 s.

*Sygnatura 233390, 233391, 233392*

9. Kolańczyk, Alina

**Tendencje obronne jako moderator samooceny** / Alina Kolańczyk // W: Motywacje umysłu / red. nauk. Alina Kolańczyk, Bogdan Wojciszke. - Sopot, 2010. - S. 145-161

*Sygnatura 234483, 234484*

10. Lawrence, Denis

Jak nauczyć uczniów szacunku do samych siebie / Denis Lawrence. - Wwa : Wydaw. Szk. i Pedag. : "Fraszka Edukacyjna", 2008. - 186 s.

*Sygnatura 228289, 228290, czyt.228288*

11. Maćkiewicz, Jolanta

**Budowanie pozytywnej samooceny jako wartość wychowawcza** / Jolanta Maćkiewicz // W: Wybrane aspekty współczesnej aksjologii pedagogicznej / pod. nauk. Marii Nowickiej-Kozioł. - Kraków, 2009. - S. 106-[112]

*Sygnatura 231059, czyt.231058*

12. Makower, Irena

**Szanse rozwoju osób o niskiej samoocenie za pomocą terapii poznawczo-behawioralnej** / Irena Makower // W: Motywacje umysłu / red. nauk. Alina Kolańczyk, Bogdan Wojciszke. - Sopot, 2010. - S. 163-179

*Sygnatura 234483, 234484*

13. Ostafińska-Molik, Barbara

Postrzeganie siebie i własnego zachowania w kontekście zaburzeń adaptacyjnych młodzieży / Barbara Ostafińska-Molik. - Kraków : Wydaw. Uniwersytetu Jagiellońskiego, cop. 2014. - 374 s. : il.

*Sygnatura czyt.242145*

14. Płotka, Dorota

**Poziom samooceny i skłonności lękowo-depresyjne dziewcząt oraz chłopców w wieku adolescencji** / Dorota Płotka // W: Edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna wyzwaniem dla nauczycieli i wychowawców nowego wieku / red. nauk. Eugeniusz Bielicki, Mieczysław Ciosek. - Toruń, 2012. - S. [440]-451  
*Sygnatura 237768, czyt.237767*

15. Samujło, Małgorzata

**Przygotowanie uczniów do pracy nad sobą jako zadanie nauczyciela wychowawcy** / Małgorzata Samujło // W: Wychowawcza rola szkoły / pod red. Janusza Kirrenki, Teresy Zubrzyckiej-Maciąg, Danuty Wosik-Kawali. - Lublin, 2012. - S. 185-204  
*Sygnatura 236928, 236929, czyt.236927*

16. Schab, Lisa M.

**Lęk i zamartwianie się u nastolatków : poradnik z ćwiczeniami** / Lisa M. Schab. - Kraków : Wydaw. Uniwersytetu Jagiellońskiego, cop. 2017. - 185, [4] s.  
*Sygnatura 243327*

17. Szpitalak, Malwina

**Samoocena : geneza, struktura, funkcje i metody pomiaru** / Malwina Szpitalak, Romuald Polczyk. - Kraków : Wydaw. Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2015. - 206, [3] s.  
*Sygnatura czyt.240931*

18. Tracy, Brian

**Recepta na dorastanie : wychowaj dziecko na szczęśliwego nastolatka** / Brian Tracy i Alec Forsterom. - Gliwice : "Helion", cop. 2015. - 269 s.  
*Sygnatura 240737*

19. Wojciszke, Bogdan

**Funkcje samooceny** / Bogdan Wojciszke // W: Motywacje umysłu / red. nauk. Alina Kolańczyk, Bogdan Wojciszke. - Sopot, 2010. - S. 111-125  
*Sygnatura 234483, 234484*

## Artykuły z czasopism:

20. Adamus, Mariusz

Samooocena a zachowania społeczne / Mariusz Adamus // Edukacja i Dialog. – 2004, nr 6, s. 64-67

21. Baumann, Katarzyna

Świadomość samego siebie / Katarzyna Baumann // Edukacja i Dialog. – 2005, nr 10, s. 27-31

Rodzaje samooceny. Samooocena a osiągnięcia szkolne.

22. Bobula, Stanisław

Wpływ na niewłaściwe zachowania uczniów poprzez zaspokajanie ich potrzeb i wzmacnianie poczucia własnej wartości / Stanisław Bobula // Meritum. - 2017, nr 2, s. 20-25

23. Cassam, Quassim

Poznaj siebie / Quassim Cassam ; tł. Marcin Iwanicki // Charaktery. - 2017, nr 2, s. 44-47

24. Florkiewicz-Borkowska, Marta

Pozytywne wzmocnienia / Marta Florkiewicz-Borkowska // Głos Nauczycielski. - 2016, nr 51/52, s. 23

Warsztaty, których celem było zastanowienie się nad własną osobą.

25. Fragsztajn, Mirella

Samooocena ucznia / Mirella Fragsztajn // Wychowawca. - 2015, nr 1, s. 22-25

26. Furmańska, Elżbieta

Samooocena i samoakceptacja we wczesnej adolescencji / Elżbieta Furmańska // Edukacja i Dialog. – 2001, nr 1, s. 24-29

27. Garstka, Tomasz

Zakompleksieni i zarozumialcy / Tomasz Garstka // Głos Nauczycielski. – 2011, nr 6, s. 12

Samooocena a autorytet. Problemy z samooceną. Jak umacniać poczucie wartości? Czego unikać.

28. Goetz, Magdalena

Budujemy pewność siebie! / Magdalena Goetz // Głos Pedagogiczny. – 2014, nr 12 (64), s. 12-15

Tematy zajęć: Za co lubię siebie, za co lubię ciebie?; Moje silne strony.

29. Goetz, Magdalena

I tak mi się nie uda - jak pomóc uczniowi z niską samooceną / Magdalena Goetz // Polonistyka. - 2016, nr 3, s. 32-35

30. Goetz, Magdalena

Pomóc uwierzyć w siebie / Magdalena Goetz // Głos Nauczycielski. - 2016, nr 48, s. 11

Jak wspierać wewnętrzną siłę uczniów?

31. Goetz, Magdalena

Wiem, ile znaczę / Magdalena Goetz // Głos Nauczycielski. - 2014, nr 51/52, s. 12-13  
Budowanie samooceny ucznia.

32. Goetz, Magdalena

Wygląd to opakowanie / Magdalena Goetz // Głos Nauczycielski. - 2017, nr 33/34, s. 18

Jak pomóc uczniom w zaakceptowaniu samych siebie? Skutki zawstydzienia. Body positive. Znaczenie wyglądu. Nie dla krzywdzącej krytyki.

33. Ippoldt, Lidia

Przykładowe scenariusze zajęć z elementami biblioterapii dla młodzieży / Lidia Ippoldt // Biblioterapeuta. - 2017, nr 4, s. 40-46

Scenariusze zajęć na temat tolerancji, szacunku i samoakceptacji.

34. Kaczmarek, Kinga

Samoocena nastolatka a używanie alkoholu / Kinga Kaczmarek // Remedium. - 2014, nr 4, s. 13

35. Kaczmarek, Kinga

Scenariusze zajęć psychoedukacyjnych (dla klas I-III gimnazjum) / Kinga Kaczmarek, Karolina Van Laere // Remedium. - 2013, nr 9, dod. "W kręgu uzależnień behawioralnych", s. 4-7

Tematy zajęć: We własnych oczach ; Samoocena i co z tego? ; Moje mocne strony.

36. Kordziński, Jarosław

Samopoznanie dla rozwoju / Jarosław Kordziński // Dyrektor Szkoły. – 2015, nr 7, s. 26-29

37. Lachowicz-Tabaczek, Kinga

Pomyśl może, że więcej coś znaczysz... / Kinga Lachowicz-Tabaczek // Charaktery. - 2011, nr 1, s. 16-25

Budowanie wysokiej samooceny.

38. Leśniak, Aneta

Wpływ samooceny na funkcjonowanie uczniów / Aneta Leśniak // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. – 2003, nr 6, s. 33-36

39. Lisikiewicz, Patryk

Poziom stresu w szkole a fantazje i poziom samooceny / Patryk Lisikiewicz // Kwartalnik Edukacyjny. - 2016, nr 1, s. 53-60

40. Łuba, Małgorzata

Nie wątpić w siebie / Małgorzata Łuba // Głos Pedagogiczny. - 2013, nr 10 (52), s. 55-57

Zaniżona samoocena i poczucie własnej wartości.

41. Łuba, Małgorzata

Pewnym siebie być... / Małgorzata Łuba // Biologia w Szkole z Przyrodą. – 2015, nr 6, s. 31-33

Pewność siebie: poznanie siebie, samoakceptacja, uwierzyć i zaufać, nowe doświadczenia, czarne scenariusze. Przykłady ćwiczeń.

42. Łuba, Małgorzata  
Poczucie własnej wartości : ćwiczenia / Małgorzata Łuba // Głos Pedagogiczny. - 2013, nr 10 (52), s. 28-36
43. Makower, Irena  
Kłopoty z samooceną / Irena Makower // Charaktery. - 2010, nr 7, s.36-[41]
44. Makowiecka, Marta  
Budowanie wiedzy o sobie : warsztaty / Marta Makowiecka // Emocje. – 2012, nr 1, s. 49-50
45. Maziarz, Monika  
Co stoi na przeszkodzie? : scenariusz warsztatów biblioterapeutycznych wzmacniających wiarę uczestników we własne możliwości i motywujących ich do osiągnięcia wyznaczonych przez siebie celów / Monika Maziarz // Biblioterapeuta. - 2017, nr 2, s. 10-14
46. Minge, Natalia  
Arkusz do samooceny dla uczniów / Natalia i Krzysztof Minge // Głos Pedagogiczny. – 2012, nr 10 (42), s. 26-27
47. Mogielska, Karolina  
Samoocena młodzieży niedostosowanej społecznie i zagrożonej niedostosowaniem / Karolina Mogielska // Opieka, Wychowanie, Terapia. - 2012, nr 3/4, s. [5]-18
48. Mogielska, Karolina  
Wybrane aspekty samooceny młodzieży niedostosowanej społecznie / Karolina Mogielska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. - 2013, nr 8, s. 48-53
49. Moskal, Katarzyna  
Otoczenie i "ja" / Katarzyna Moskal // Psychologia w Szkole. - 2014, nr 4, s. 102-105  
Wpływ otoczenia na samoocenę, zachowania i postawy ucznia.
50. Obuchowska, Joanna  
Samoocena w procesie uczenia się / Joanna Obuchowska // Sygnał. – 2018, nr 4, s. 19-22  
Rola samooceny. Techniki wzmacniające samoocenę. Fińskie i holenderskie rozwiązania.
51. Oleszek, Jadwiga  
Świat należy do mnie : scenariusz zajęć biblioterapeutycznych : dla uczniów szkół ponadgimnazjalnych / Jadwiga Oleszek // Biblioteka w Szkole. - 2016, nr 2, s. 17
52. Osewska, Janina  
O rozwijaniu i utrwalaniu poczucia własnej wartości uczniów / Janina Osewska // Dyrektor Szkoły. - 2012, nr 10, s. 59-61
53. Pawłowska, Sylwia  
Samoocena a ryzyko uzależnień u młodzieży / Sylwia Pawłowska // Remedium. - 2017, nr 11, s. 5-7

54. Przykłady

Przykłady ćwiczeń budujących pozytywną samoocenę uczniów i wzmacniających poczucie ich własnej wartości // Głos Pedagogiczny. - 2015, nr 4 (68), s. 36-38

55. Sabińo, Anna

Maski czyli Próba poznania samego siebie / Anna Grażyna Sabińo // Biblioteka w Szkole. - 2016, nr 10, dod. "Biblioterapia w Szkole", s. 14  
Scenariusz zajęć dla gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych.

56. Szenejko, Joanna

Poznaj samego siebie / Joanna Szenejko // Edukacja i Dialog. – 2003, nr 1, s. 38-45  
Samoocena: stadia, komponenty.

57. Szymańska, Magdalena

Samoocena młodzieży mającej kontakt z alkoholem / Magdalena Szymańska // Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze. – 2008, nr 4, s. 42-45  
Raport z badań.

58. Tokarz, Tomasz

Aktywizacja dzieci i młodzieży / Tomasz Tokarz // Sygnał. - 2017, nr 8, s. 7-[11]  
Wskazówki dla nauczycieli jak wspierać uczniów w rozwoju osobistym, budowaniu poczucia własnej wartości.

59. Turowska, Anna

Znaczenie samooceny w funkcjonowaniu społecznym – na przykładzie młodzieży maturalnej / Anna Turowska // Kultura i Edukacja. – 2008, nr 2, s. 151-162

60. Van Laere, Karolina

Samoakceptacja i poczucie wartości : scenariusz zajęć / Karolina Van Laere // Remedium. - 2017, nr 11, s. 8-10

61. Van Laere, Karolina

Scenariusze zajęć profilaktycznych dla młodzieży : jak się widzę, tak mnie widzą inni : o samoocenie / Karolina Van Laere // Remedium. - 2014, nr 4, s. [14]-[16]

62. Van Laere, Karolina

Techniki komunikacyjne i interwencyjne w kontakcie z nastolatkiem / Karolina Van Laere // Remedium. - 2017, nr 10, s. 15-17

63. Wojciechowska, Ewa Alicja

Mocne strony / Ewa Alicja Wojciechowska // Sygnał. - 2016, nr 11, s. 39-42  
Wskazówki jak wzmacniać samoocenę u uczniów. Ćwiczenia dla uczniów i rodziców.

64. Wojtasik, Monika

Jestem kimś wyjątkowym / Monika Wojtasik // Remedium. - 2012, nr 10, s. 8-9  
Charakterystyka projektu teatralnego.

65. Żyła, Magdalena

Negatywny obraz siebie : praca z uczniem o niskim poczuciu własnej wartości / Magdalena Żyła // Głos Pedagogiczny. – 2012, nr 1 (35), s. 54-56