

Selbstwert stärken: Literaturtipps



Wenn Du Dich noch ausführlicher mit dem Thema Selbstwert auseinandersetzen möchtest, können Dir folgende Bücher dabei helfen:

Butler, G. & Rihs, T. (2006). Schüchtern - na und? Selbstsicherheit gewinnen. Hans Huber.

Merkle, R. (2015). Selbstvertrauen. PAL-Verlag.

Potreck-Rose, F. (2018). Von der Freude, den Selbstwert zu stärken. Fachratgeber. Klett-Cotta.

Seebauer, L. & Jacob, G. (2015). Schluss mit meiner Wenigkeit! Selbstvertrauen erlangen und selbstsicher handeln. Beltz.

Stavemann, H. H. (2011). ... und ständig tickt die Selbstwertbombe: Selbstwertprobleme erkennen und lösen. Beltz.