

## 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.