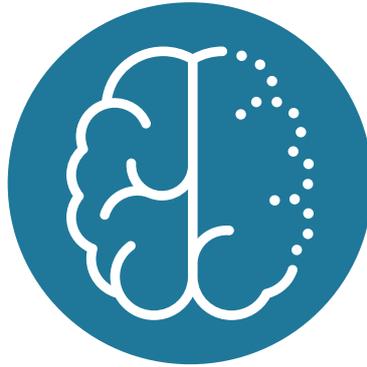


Gedanken und Gefühle im Griff:

Literaturtipps



Willst Du mehr zum Thema Gedanken und Gefühle erfahren, dann kannst Du Dir folgende Bücher anschauen:

Fritsch, G. R. (2012). Der Gefühls- und Bedürfnisnavigator: Gefühle und Bedürfnisse wahrnehmen. Junfermann.

Harris, R. (2013). Wer dem Glück hinterherrennt, läuft daran vorbei. Ein Umdenkbuch. Goldmann.

Jacob, G., van Genderen, H. & Seebauer, L. (2011). Andere Wege gehen: Lebensmuster verstehen und verändern - ein schematherapeutisches Selbsthilfebuch. Beltz.

Stavemann, H. (2010). Im Gefühlsdschungel: Emotionale Krisen verstehen und bewältigen. Beltz.

Teismann, T. (2014). Grübeln: Wie Denkschleifen entstehen und wie man sie löst. Balance Ratgeber.

Wolf, D. & Merkle, R. (2012). Gefühle verstehen, Probleme bewältigen: Eine Gebrauchsanleitung für Gefühle. PAL.