

Selbstcoaching - Literaturliste

Susanne Kühn

Stand: März 2020

Dr. med. Claudia Croos-Müller (2011). **Kopf hoch. das kleine Überlebensbuch.** Verlag Kösel.

Poster „50 kreativeTipps gegen Stress“ www.oldenbourg-klick.de/shop/poster (Best.Nr. 3161114)

Sternschnuppen - 34 Glückskarten für Erzieherinnen. Verlag Don Bosco

Hintergrundliteratur:

Stefanie Demann (2009). **30 Minuten Selbstcoaching.** Verlag Gabal.

Maren Fischer-Epe, Claus Epe (2009). **Selbstcoaching: Hintergrundwissen, Anregungen und Übungen.** Verlag rororo.

Dasa Szekely (2012). **Coaching to go Die 30 häufigsten irrtümer über sich selbst und die Welt - und wie Sie sie vermeiden.** Verlag Ariston.

Claudia Fuchs, Rich R.Schmidt (2008). **Kraftquellen. Persönliche Ressourcen für gute und schlechte Tage.** Klett Cotta Verlag

Ulrich Pommerenke (2007). **Ich kann`s - ich mach`s Persönlichkeitsentwicklung im ErzieherInnenberuf.** Verlag Cornelsen Scriptor.

Christine Weiner (2010). **Als Erzieherin gelassen und erfolgreich Fit im Beruf durch Selbst-Coaching.** Verlag Kösel

GEOWissen Nr. 61 (2018). **Zeit für die Seele.**

Spiegel **Coaching** 1/2020

Hörbuch:

Bertelsmann Stiftung (Hrsg.) (2012). **Stress, psychische Belastung, Burnout. Handeln bevor der Job krank macht.** Verlag Bertelsmann Stiftung.

Webtipps:

<http://www.zeitzuleben.de/> z.B. Inspirationskärtchen zum Herunterladen

<http://www.sinnieren.de/sinnier-ideen/karten-ziehen.html>

<https://www.3minutencoach.com/selbstcoaching-auf-die-eigene-kraft-vertrauen/>