

## Literaturliste - persönliche Buchtipps

### Wie nehme ich mich wahr – Körperarbeit

- Focusing – der Stimme des Körpers folgen / Ann Weiser Cornell
- Focusing / Ann Weiser Cornell
- Wie der Glaube zum Körper findet / Peter Lincoln
- Körperweisheit / Eveline Moor

### Ich und die andern – Beziehungen

- Grenzen setzen – Grenzen achten / Anselm Grün, Ramona Robben
- Wege aus der Abhängigkeit / Heinz-Peter Röhr
- Jein! Bindungsängste erkennen und bewältigen / Stefanie Stahl
- Liebe heisst wollen / Holger Kuntze
- Abschied von der Opferrolle - Das eigene Leben leben / Verena Kast
- Generation ziemlich beste Freunde - warum es heute so schwierig ist, die erwachsenen Kinder loszulassen / Gerlinde Unverzagt

### Krisen im Lebenslauf

- Sich wandeln und sich neu entdecken / Verena Kast
- Loslassen und sich selber finden / Verena Kast
- Lebenskrisen werden Lebenschancen - Wendepunkte des Lebens neu gestalten / Verena Kast
- Was wirklich zählt ist das gelebte Leben - Die Kraft des Lebensrückblicks / Verena Kast
- Lebensmitte als geistliche Aufgabe / Anselm Grün
- Gescheitert? Deine Chance! – Wenn Lebensentwürfe zerbrechen / Anselm Grün und Ramona Robben

### Sich selbst besser verstehen

- Grundformen der Angst / Fritz Riemann
- Kommunikationskompetenz / Othmar Loser-Kalbermatten
- Burn-out kommt nicht nur vom Stress / Dr. med. Mirriam Priess
- Die Kunst, sich wertzuschätzen / Heinz-Peter Röhr
- Leben mit Hochsensibilität / Susan Marletta Hart
- Mit allen Sinnen auf Empfang / Debora Sommer

### Für die Frau

- Ich liebe die Frau, die ich bin / Linda Jarosch
- Wandlungen - Aufbruch in die Jahre 50 plus / Irène Kummer
- Die gewandelte Frau - vom Geheimnis der zweiten Lebenshälfte / Ingrid Riegel

- Wechseljahre – ich glaubte, ich krieg das nicht / Diana Helfrich

### **Spiritualität**

- Ins Herz geschrieben / Richard Rohr
- Befreiung vom Ego / Richard Rohr
- Reifes Leben - Eine spirituelle Reise / Richard Rohr
- Ich muss nicht beten können / Ralf Hunning
- Geistlicher Missbrauch / Inge Tempelmann
- Glaubensriesen – Seelenzwerge / Peter Scazzero

### **Heilung von Kindheitsverletzungen**

- Das Kind in dir muss Heimat finden / Stefanie Stahl
- Die Spur des verborgenen Kindes / Peter Schellenbaum
- Die Wunde der Ungeliebten / Peter Schellenbaum
- Ich traue meiner Wahrnehmung / Heinz-Peter Röhr

### **Umgang mit schwierigen Persönlichkeiten**

- Narzissmus / Heinz-Peter Röhr
- Die Narzissmusfalle / Reinhard Haller
- Schluss mit dem Eiertanz / Paul T. Mason • Randi Kreger
- Borderline bewältigen / Heinz-Peter Röhr
- Stachelige Persönlichkeiten -wie Sie schwierige Menschen entwaffnen / Jörg Berger