

DAN SVARRE

# »Du bist einzigartig«

Starker Selbstwert - starkes Kind

Aus dem Dänischen von Kerstin Schöps

**BELTZ**

# Inhalt

Vorwort	7
Was ist Selbstvertrauen? Und was Selbstwert?	
<b>Ein Haus bauen</b>	13
<b>Leon reißt aus</b>	15
Fähigkeiten machen Selbstvertrauen – Eigenschaften bilden Selbstwert	
<b>Fundament aus Eigenschaften</b>	35
<b>Simon, der Radprofi</b>	46
Zu viel oder zu wenig Selbstwert?	
<b>Alinas Zeichnungen</b>	61
<b>Finn auf der Rutsche</b>	64
<b>Nele vertraut blind</b>	68
<b>Daniels Obermut</b>	72
Weg mit dem Lob!	
<b>Emma zweifelt</b>	89
Reise in die Vergangenheit	
<b>Emmas Mutter</b>	103
Akzeptiere dich und andere	
<b>Röntgenblick</b>	119
<b>Paul legt Feuer</b>	124

## Die drei Grundpfeiler des Selbstwerts

**Gemeinschaft** 135

**Präsenz** 143

**Authentizität** 150

Schlusswort 159