

Literatur- und Filmtipps Souveränität / Feminismus

Filme

„Suffragetten“ <https://www.fbw-filmbewertung.com/film/suffragette>

„Die Unbeugsamen“ <https://www.zdf.de/filme/dokumentarfilm-in-3sat/die-unbeugsamen-104.html>

„She said“ <https://www.youtube.com/watch?v=7S9qqZ69all>

Bücher

Sibylle Kaminski „Der kleine Jobcoach – Mehr Gelassenheit, weniger Konflikte, bessere Durchsetzung in Beruf und Alltag“. Books on Demand, ISBN 9783750421080

Durchsetzungskraft / Selbstbewusstsein

Amy Cuddy: Ohne Worte alles sagen. Goldmann

Soraya Chemaly: Speak out! Die Kraft weiblicher Wut, suhrkamp nova

Marion Knaths: Spiele mit der Macht. Wie Frauen sich durchsetzen, Piper

Gudrun Fey: Reden macht Leute! Vorträge gekonnt vorbereiten und präsentieren, Walhalla

Gudrun Fey: Gelassenheit siegt! Mit Fragen, Vorwürfen, Angriffen souverän umgehen, Walhalla

Peter Modler: Das Arroganz-Prinzip, So haben Frauen mehr Erfolg im Beruf, Krüger

Peter Modler: Die freundliche Feindin. Weibliche Machtstrategien im Beruf, Piper Verlag

Gelassenheit / Stressbewältigung

Michele Kundermann: Emotionale Stressbewältigung, Goldegg Verlag

David Servan-Schreiber: Die Neue Medizin der Emotionen, Goldmann

Christoph Germer: Der achtsame Weg zur Selbstliebe, arbor Verlag

Werner Bartens: Wie gute Gefühle gesund machen, Knaur Verlag

Brené Baum: Verletzlichkeit macht stark, Goldmann

Karin Kuschik: 50 Sätze, die ihr Leben leichter machen

Sexismus / Gleichstellung / Diversität

Laurie Penny: Unsagbare Dinge. Sex, Lügen, Revolution, Nautilus

Kübra Gümüşay: Sprache und Sein, Hanser Verlag

Sebastian Tippe: Toxische Männlichkeit, edigo Verlag

Alice Hasters: Was weiße Menschen nicht über Rassismus hören wollen..., Hanser Verlag

Tupoka Ogette: Exit Racism - rassismuskritisch denken lernen, Unrast Verlag

Friedemann Karig: Wie wir lieben. Aufbau Verlag