

O autorce i ilustratorce

Wprowadzenie

**Rozdział 1**

Jak widzą życie dzieci, które uważają, że są bezwartościowe

**Rozdział 2**

Zrozumieć dziecięce poczucie bezwartościowości

**Rozdział 3**

Co mówić dziecku, które uważa, że jest bezwartościowe, i jak z nim postępować

**Rozdział 4**

Jak pomóc dziecku rozmawiać o negatywnych uczuciach do samego siebie i je przepracować  
– ćwiczenia

**Rozdział 5**

Czy dzieci z niską samooceną mogą odnieść korzyści z pracy z psychologiem lub terapeutą

Literatura zalecana

Bibliografia