

## Weiterführende Literatur

(Die Liste wird fortgeführt)

### Positive Psychologie

- Auhagen, E. (2008). Positive Psychologie. Anleitung zum „besseren“ Leben (2. Aufl.). Weinheim: BeltzPVU.
- Seligman, M.E.P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14.
- Seligman, M. (2011). *Flourish*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P. & Pawelski, J. O. (2003). Positive Psychology: FAQs. *Psychological Inquiry*, 14, 159–163.

### Psychotherapie

- Dick, A. (2003). *Psychotherapie und Glück. Quellen und Prozesse seelischer Gesundheit*. Bern: Huber.
- Frank, R. (2007) (Hrsg.). *Therapieziel Wohlbefinden. Ressourcen aktivieren in der Psychotherapie*. Heidelberg: Springer.

### Glück

- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness* (2. Aufl.). London & New York: Routledge.
- Bucher, A. (2009). *Psychologie des Glücks*. Weinheim: Beltz.
- Csikszentmihalyi, M. (1995). *Dem Sinn des Lebens eine Zukunft geben. Eine Psychologie für das 3. Jahrtausend*, Stuttgart: Klett-Cotta.
- Csikszentmihalyi, M. (1998). *Flow: Das Geheimnis des Glücks* (6. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Dick, A. (2003). *Psychotherapie und Glück. Quellen und Prozesse seelischer Gesundheit*. Bern: Huber.
- Dick, A. (2007). Durch Psychotherapie Freude, Vergnügen und Glück fördern. In R. Frank (Hrsg.), *Therapieziel Wohlbefinden. Ressourcen aktivieren in der Psychotherapie*. Heidelberg: Springer, 43–54.
- Engelmann, B. (2010). *Reiseziel Glück. Machen Sie sich auf den Weg!* Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.
- Epiktet (2004). *Wege zum glücklichen Handeln*. Frankfurt/M.: Insel.
- Epikur (1949). *Von der Überwindung der Furcht*. Zürich: Artemis.
- Lyubomirsky, S. (2008). *Glücklich sein: Warum Sie es in der Hand haben, zufrieden zu leben*. Frankfurt/M.: Campus Verlag.
- Seligman, M. E. P. (2005). *Der Glücks-Faktor* (2. Aufl.). Bergisch-Gladbach: Bastei-Lübbe.

### Flow

- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Das Flow-Erlebnis: Jenseits von Angst und Langeweile: Im Tun aufgehen* (6. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Csikszentmihalyi, M. (1998). *Flow: Das Geheimnis des Glücks* (6. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.

## **Achtsamkeit**

Burkhard, A.F. (2011). Achtsamkeit. Entscheidung für einen neuen Weg. Stuttgart: Schattauer.

Grepmaier, L.J. & Nickel, M.K. (2007). Achtsamkeit des Psychotherapeuten. Wien: Springer.

Heidenreich, T. & Michalak, J. (Hrsg.). (2004). Achtsamkeit und Akzeptanz in der Psychotherapie. Ein Handbuch. Tübingen: dgvt.

Siegel, D.J. (2007). The mindful brain. New York: W.W. Norton.

Weiss, H. & Harrer, M.E. (2010). Achtsamkeit in der Psychotherapie. Verändern durch „Nicht-Verändern-Wollen“ – ein Paradigmenwechsel? Psychotherapeutenjournal, 1, 14–24.

## **Sonstiges**

Bucher, A. (2007). Psychologie der Spiritualität. Weinheim: Beltz.

Engelmann, B. (2011). Willkommen in der Mutzone. Sei kein Frosch, trau dich! Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.