



Eva Lerner

Positive Psychologie (PDF-E-Book)

1. Auflage 2019. 107 Seiten.

Preis E-Book: € [D] 14.99

(alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt.)

- [Kurztext](#)
- [Inhalt](#)
- [Zielgruppe](#)
- [Autoreninfo](#)
- [Leseprobe](#)

Kurztext

Diese kompakte Einführung stellt die Grundlagen der Positiven Psychologie vor. Dabei stehen Konstrukte wie Resilienz, Dankbarkeit und Achtsamkeit im Fokus – die defizitorientierte Perspektive der klassischen Psychologie tritt in den Hintergrund. Studierende lernen nicht nur, welche Persönlichkeitsfaktoren und Umweltbedingungen für ein hohes Wohlbefinden ausschlaggebend sind. Sie erfahren auch, wie Forschungserkenntnisse der Positiven Psychologie im Berufskontext Anwendung finden. Diese Inhalte machen das Werk zu einem unverzichtbaren Begleiter für das Studium und darüber hinaus.

Inhalt

Das vollständige und ausführliche [Inhaltsverzeichnis](#) können Sie sich als PDF-Datei herunterladen (mit Adobe Acrobat Reader, neueste Version, zu öffnen).

Zielgruppe

Studierende der Psychologie und der Pädagogik, Praktiker in Aus- und Weiterbildung in Psychotherapie, Beratung und Coaching

Autoreninformation

Prof. Dr. habil. **Eva Lerner** ist Psychologin und Soziologin. Sie forscht und lehrt an der FOM Hochschule in München sowie am LMU Center for Leadership and People Management.

Leseprobe

Eine [Leseprobe](#) können Sie sich als PDF-Datei herunterladen (mit Adobe Acrobat Reader, neueste Version, zu öffnen).



Leipold, Bernhard

Resilienz im Erwachsenenalter (2015)

-
-