

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis	7
Abbildungsverzeichnis	9
Tabellenverzeichnis	9
Abkürzungs- und Symbolverzeichnis	11
1 Einleitung	13
2 Fragestellung	17
3 Stand der Forschung	21
3.1 Glücksforschung	21
3.2 Theorien psychischer Gesundheit	43
3.3 Theorien psychischer Krankheit	52
3.4 Glücksselbstwirksamkeitsüberzeugung - ein neues psychologisches Konstrukt	57
4 Hypothesen	69
5 Methodik	71
5.1 Auswahl der Methoden	71
5.2 Untersuchungsverlauf	85
6 Darstellung und Diskussion der Ergebnisse	87
6.1 Statistische Hypothesenprüfung	88
6.2 Zusammenfassung der Ergebnisse	103
7 Ausblick	107
7.1 Forschungsdesiderate und weiterführende Fragen	107
7.2 Gesellschaftskritische Betrachtung	108
Literaturverzeichnis	111
Anhang 1: Untersuchungsdesign	119
Anhang 2: Fragebogen vor dem Treatment	125
Anhang 3: Fragebogen nach dem Treatment, EG ...	129
Anhang 4: Fragebogen nach dem Treatment, KG ...	133
Anhang 5: Itemformulierung	135
Anhang 6: Treatment-Buch	139

Inhalt

Inhalt	142
Vorwort	143
Kapitel 1 - Was ist Glück?	146
Kapitel 2 - Wie sieht Glück aus?	149
Kapitel 3 - Was macht glücklich?.....	156
Kleine Zusammenfassung	159
Kapitel 4 - Wer macht mein Glück?	160
Kapitel 5 - Was kann ich für mein Glück tun?.....	165
Kapitel 6 - Was kann ich für mein Glück denken?	184
Kapitel 7 - Warum muss ich das Glück gehen lassen?	206
Kapitel 8 - Tipps für den Alltag.....	208
Kapitel 9 - Auf den Wellen des Lebens surfen	212
Große Zusammenfassung.....	214

Autorin: Anna Bachem

email: annaunddasglueck@googlemail.com

Nach dem Urheberrecht liegt das Recht zur Vervielfältigung und Verbreitung ausschließlich bei der Autorin.