

# Ihr Glück wartet schon - oder warten Sie noch auf ihr Glück?

Wie auch Sie endlich Ihr Glück finden

von  
Manuela Aberger

1. Auflage

Ihr Glück wartet schon - oder warten Sie noch auf ihr Glück? – Aberger

schnell und portofrei erhältlich bei [beck-shop.de](http://beck-shop.de) DIE FACHBUCHHANDLUNG

tredition 2013

Verlag C.H. Beck im Internet:

[www.beck.de](http://www.beck.de)

ISBN 978 3 8495 7087 3

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>7</b>
<b>1. Statistische Werte zum glücklich sein</b>	<b>9</b>
<b>2. Die Suche nach dem Glück von den Philosophen</b>	<b>11</b>
<b>3. Dem Glück auf der Spur - die wissenschaftliche Seite des Glücks</b>	<b>13</b>
3.1 Medizinische Fakten zum glücklich sein	13
3.2 Psychologische Aspekte der Glücksforschung - die Positive Psychologie	15
3.3 Die Glücksformel - Berechnen Sie Ihr Glück	17
3.4 Die psychologische Wirkung von Glücksbringern	20
<b>4. Der Weg zum Glück - die persönliche Seite des Glücks</b>	<b>22</b>
4.1 Glück durch soziales Engagement	22
4.2 Nur Egoisten sind glücklich - oder: Mut zum Glück	23
4.3 Glück durch Andere	26
4.4 So entsteht Glück	28
4.5 Die Auswirkungen von Lebensträumen	32
4.6 Glück im Alltag	34
<b>5. Glücklich sein kann man lernen - Tipps und Tricks</b>	<b>38</b>
<b>6. Das Glück wartet schon - Fazit</b>	<b>44</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>47</b>