

Mein Ich, die anderen und wir

Die Psychologie der Persönlichkeit und die Kunst des Wohlbefindens

Bearbeitet von
Brian Little, Martina Wiese

1. Auflage 2015. Buch. XXI, 395 S. Gebunden
ISBN 978 3 662 47115 9
Format (B x L): 13,4 x 19,5 cm
Gewicht: 483 g

[Weitere Fachgebiete > Psychologie > Psychologie: Allgemeines > Psychologie:
Sachbuch, Ratgeber](#)

Zu [Leseprobe](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

The logo for beck-shop.de features the text 'beck-shop.de' in a bold, red, sans-serif font. Above the 'i' in 'shop' are three red dots of increasing size. Below the main text, 'DIE FACHBUCHHANDLUNG' is written in a smaller, red, all-caps sans-serif font.

beck-shop.de
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

Inhalt

1	Auf den ersten und den zweiten Blick	1
	Fremde und Selbst – persönliche Konstrukte als Gerüste und Käfige	3
	Persönliche Konstrukte und Freiheitsgrade	6
	Woher weißt du das? Das Bilden von Konstrukten für Personen, Dinge und sich selbst	17
	Ein zweiter Blick und Freiheitsgrade.	30
2	Stabile Merkmale und Wohlbefinden – zementiert? . . .	33
	Ob Persönlichkeit oder Pizza – wir liefern in maximal dreißig Minuten	34
	Die Big Five der Persönlichkeit	39
3	Freie Merkmale – aus sich heraustreten	67
	Wandelbares Selbst, mythische Merkmale?	68
	Drei Arten der Natürlichkeit	73
	Aus sich heraustreten.	83
	Auf dem Weg zu einem Freihandelsabkommen	98
4	Das wandelbare Selbst – Persönlichkeit und Situationen	103
	Persönlichkeit, Situationen und eine Prise Salz	107
	Die Inszenierung der Situation	111
	Ich bin dann mal weg – Verpflichtung, Erfolg und Berufsleben.	117

	Die Fähigkeit zur Selbstüberwachung – wie soll ich das bloß machen?	120
	Druck zur Selbstüberwachung – unter gegebenen Umständen	123
	Prinzipientreu oder pragmatisch? Gegensätzliche Werte bei der Selbstüberwachung	128
	Adaptive Flexibilität – Selbstüberwachung im Überblick	130
5	Kontrolle, Handlungsmacht und die Gestaltung des Lebens	135
	Internal übertrumpft external	138
	Stress, Kontrolle und Knöpfe	147
	Förderliche Illusionen und der richtige Dreh	161
6	Widerstand leisten – Persönlichkeit und Gesundheit . . .	167
	Typ-A-Persönlichkeiten	177
	Was zur Hölle hilft gegen Feindseligkeit?	189
	Kohärenzgefühl – Persönlichkeit, Gesundheit und Umwelt	194
7	Persönlichkeit und Kreativität – der Mythos des einsamen Helden	199
	Die Kreativitätsstudien am IPAR	201
	Sonderbare Geschöpfe? Kreativität, Exzentrizität und Psychopathologie	220
	Kreativität anders betrachtet – ein Loblied auf die Vergleichsgruppe	227
	Kreativität und Wohlbefinden – was Darwin uns lehrt	230
8	Wo sind wir? Die Verortung der Persönlichkeit	237
	Libellen, Harmonie und Wohlbefinden	238
	Die umweltabhängige Persönlichkeit – acht Einstellungen zur Umwelt	250

Wer ist dein Ort? Die Persönlichkeit von Städten und Regionen einschätzen	256
Persönlichkeiten in Cyberia – Vernetzung aus anderer Perspektive	262
9 Persönliche Projekte – das Glück des Strebens.	271
Speiübel – jetzt wird’s persönlich	272
Persönliche Projekte – was würden wir gerne tun?	273
Wie geht’s? Die Beurteilung persönlicher Projekte	279
Wie läuft’s? Initiierung, Wirksamkeit und Kontrolle	287
Wen kümmert’s? Teilhaben, unterstützen und Steine aus dem Weg räumen	293
Wie fühlst du dich? Die mit Projekten verbundenen Emotionen.	295
10 Selbstreflexionen – die Kunst des Wohlbefindens.	301
Das aussichtsreiche Verfolgen von Kernprojekten.	303
Und jetzt – wer sind Sie Ihrer Meinung nach?	
Persönliche Konstrukte auf dem Prüfstand	312
Selbst-Projekte – abgleichen, über sich hinauswachsen und Selbstbestimmung.	315
Kontextüberwachung – das aufmerksame Prüfen, Auswählen und Gestalten unserer Umwelt	320
Selbstreflexionen – Aussöhnung und Wiederbelebung. .	324
Anmerkungen	331
Literatur	357
Sachverzeichnis.	375

Mein Ich, die anderen und wir

Die Psychologie der Persönlichkeit und die Kunst des
Wohlbefindens

Little, B.

2015, XXI, 395 S. 8 Abb., Hardcover

ISBN: 978-3-662-47115-9