

# Inhaltsverzeichnis

---

<b>1</b>	<b>Das Modell des Positiven Selbstmanagements.....</b>	<b>1</b>
	<i>Ottmar L. Braun, Alexandra Charlotte Bradt und Sandra Mihailović</i>	
<b>2</b>	<b>CareerGames – spielend trainieren! Das Trainingskonzept .....</b>	<b>23</b>
	<i>Sandra Mihailović, Alexandra Charlotte Bradt und Ottmar L. Braun</i>	
<b>3</b>	<b>Positive Psychologie und Zeit- und Energiemanagement.....</b>	<b>31</b>
	<i>Merle Krause, Sarah Eichenlaub, Marius Gurrath und Ottmar L. Braun</i>	
<b>4</b>	<b>Positive Psychologie, Ziele und Selbstmotivation.....</b>	<b>55</b>
	<i>Annamaria Garnjost, Eva Stoll und Ottmar L. Braun</i>	
<b>5</b>	<b>Positive Psychologie und Vitalität.....</b>	<b>77</b>
	<i>Antonios Georgiadis, Vivienne Weiß und Ottmar L. Braun</i>	
<b>6</b>	<b>Positive Psychologie, Small Talk und Networking.....</b>	<b>113</b>
	<i>Hannah Oster und Ottmar L. Braun</i>	
<b>7</b>	<b>Positive Psychologie und Teamfähigkeit.....</b>	<b>137</b>
	<i>Rebecca Ott, Julia Schuller und Ottmar L. Braun</i>	
<b>8</b>	<b>Positive Psychologie, Gesprächsführung und wertschätzende Kommunikation.....</b>	<b>163</b>
	<i>Hannah Klingener, Julia Katharina Hoffmann und Ottmar L. Braun</i>	
<b>9</b>	<b>Positive Psychologie und Konfliktmanagement.....</b>	<b>183</b>
	<i>Rebekka Statz, Marlene Molter und Ottmar L. Braun</i>	
<b>10</b>	<b>Positive Psychologie und Planungskompetenz.....</b>	<b>201</b>
	<i>Annika Müller, Sabine Lay und Ottmar L. Braun</i>	
<b>11</b>	<b>Positive Psychologie und Selbst-PR.....</b>	<b>223</b>
	<i>Greta Marie Scholtz und Ottmar L. Braun</i>	
<b>12</b>	<b>Positive Psychologie und Problemlösekompetenz.....</b>	<b>255</b>
	<i>Katharina Hohlfeld, Denise Bennette und Ottmar L. Braun</i>	
<b>13</b>	<b>Eine Metaanalyse.....</b>	<b>275</b>
	<i>Antonia Streb, Maximilian A. S. Tantik und Ottmar L. Braun</i>	
<b>14</b>	<b>Positive Psychologie und Mentale Stärke im digitalen Zeitalter.....</b>	<b>299</b>
	<i>Alexandra Charlotte Bradt, Sandra Mihailović und Ottmar L. Braun</i>	