

Kurz erklärt!

Das 5-Minuten-Wissen



Positive Psychologie – was macht das Leben besser?

Positive Psychologie beschäftigt sich mit den Dingen, die das Leben lebenswert machen. Hier geht es vor allem um die Stärken und Ressourcen der Menschen.

Was brauche ich für mein Wohlbefinden?

Wie kann ich mein Potential ausschöpfen?

Was macht mich glücklich?

Es gibt viele Informationen zu dem Thema. Unten der Link zur deutschen Gesellschaft für positive Psychologie.

<https://www.dgpp-online.de/>