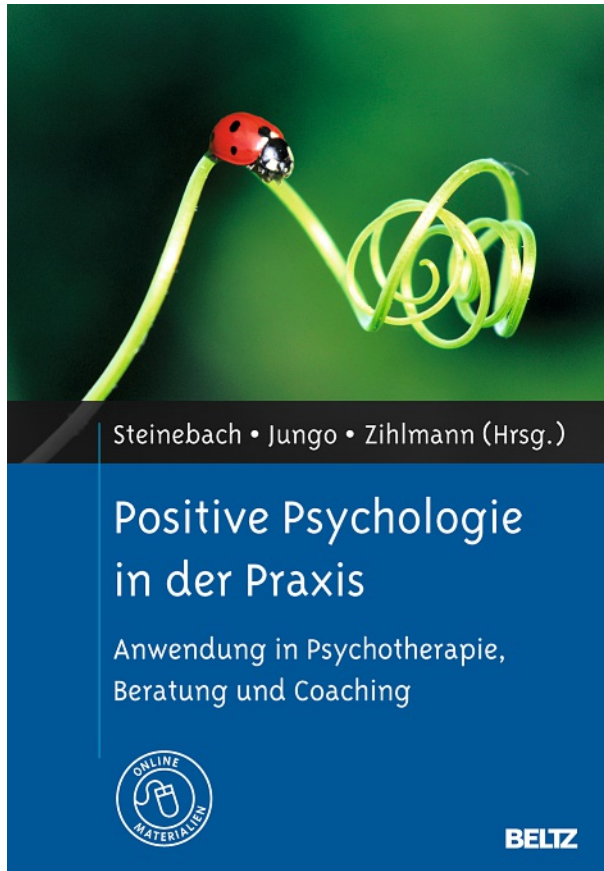




Leseprobe aus: Steinebach, Positive Psychologie in der Praxis, ISBN 978-3-621-27962-8
© 2012 Beltz Verlag, Weinheim Basel
<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-621-27962-8>

1 Positive Psychologie für die Praxis

Larry K. Brendtro • Christoph Steinebach

Die Psychologie beschäftigt sich mit dem Verhalten und Erleben der Menschen. Als Wissenschaft geht es ihr darum, ihren Gegenstand zu beschreiben, zu erklären bzw. zu verstehen, vorherzusagen und positiv zu verändern. Vorhersagen und Veränderungen, Prognosen und Interventionen sind erst dann »psychologisch«, wenn sie unter Bezugnahme auf psychologische Theorien formuliert, geplant, umgesetzt und evaluiert werden. So wird aus »Praxis« Angewandte Psychologie. Was nun in der Praxis an psychologischem Wissen zum Tragen kommt, hängt vom Forschungsstand, aber auch vom persönlichen Wissen ab, von eigenen Erfahrungen genauso wie von gesellschaftlichen Werten, kulturellen Haltungen oder fachwissenschaftlichen Trends. Und hier setzt bereits die Kritik der Positiven Psychologie an der gängigen Forschung, Theorie und Praxis der Psychologie an: Bisher habe man sich zu einseitig auf negative Aspekte des menschlichen Verhaltens und Erlebens konzentriert. Eine Kurskorrektur auf dem Weg zu einer ausgewogenen Psychologie sei notwendig.

Der Weg der Positiven Psychologie. Doch wie genau kann man sich eine entsprechende Umsetzung dieser Forderung vorstellen? Durch die Beantwortung der folgenden Fragen wollen wir die Entwicklung, den aktuellen Stand und die Perspektiven der Positiven Psychologie erläutern und somit eine bessere Einsicht in ihre Praxis ermöglichen.

Für den Weg der Positiven Psychologie lassen sich viele Bilder wählen: von der Schiffs- oder Zugreise (etwa Gable & Haidt, 2005) bis hin zu einem Vulkanausbruch. Die Bilder machen deutlich, dass dieser Weg voller Herausforderungen ist – und damit sicher nicht langweilig.

1.1 Was ist Positive Psychologie?

An Definitionen von »Positiver Psychologie« besteht kein Mangel. Daher ist die Gefahr groß, dass »10 positive psychologists would provide 10 different answers« (Linley et al., 2006, S. 5). Die Unterschiede in den Definitionen betreffen jedoch eher Akzentsetzungen, weniger den Kern. Es geht um die Bedingungen, Wirkungen und Wechselwirkungen, die eine optimale Entwicklung von Personen, Gruppen und Organisationen ermöglichen (Gable & Haidt, 2005; Linley et al., 2006).

Einseitige Forschung überwinden. Der Begriff »Positive Psychologie« wurde schon vor über 50 Jahren verwendet. Mit der Einführung des Begriffs im Jahr 1954 wollte Abraham Maslow die negative Verzerrung der akademischen Psychologie kritisieren (Lopez & Gallagher, 2009). Psychologie wurde schon immer als die Wissenschaft von Bewusstsein und Verhalten des Menschen verstanden. Sie hatte sich aber seit dem

Zweiten Weltkrieg vornehmlich mit psychischen Störungen und ihrer Heilung beschäftigt (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Damit konnte sich die Psychologie zwar sehr erfolgreich als Wissenschaft profilieren und effektive Interventionen entwickeln. Aber diese Einseitigkeit hatte auch ihre Kosten. Sie führte dazu, dass bestimmte Themen nicht oder nur aus einem defizitorientierten Blick heraus bearbeitet wurden. Heute scheint es notwendig, diese Einseitigkeit zu überwinden und den Blick auch auf Ressourcen, Stärken und Wachstum zu richten. Kurz gesagt gilt: »Positive Psychology is the scientific study what goes right in life« (Peterson, 2009, S. 3). Damit werden Tugenden und Charakterstärken, die gesunde Bewältigung von Krisen und kritischen Lebensereignissen, Glück und Wohlbefinden Gegenstand von Forschung und Anwendung (Wong, 2011).

1.2 Positiv oder negativ?

Wertungen meiden. Von »Positiver« Psychologie zu sprechen ist nicht unproblematisch, denn schnell liegt der Schluss nahe, dass andere psychologische Ansätze dann »negativ« sind. Das berechnete Anliegen, vernachlässigte Fragen und Themen besonders zu beachten, löst wegen dieser wertenden Begriffe erhebliche Widerstände aus (Gable & Haidt, 2005; Linley et al., 2006). Dabei gab es in der Vergangenheit gute Gründe, sich zunächst auf das »Negative« zu konzentrieren: Zum einen sind Forschung und Praxis sicher auch von Mitgefühl und dem Anliegen geleitet, anderen zu helfen. Zum anderen waren Entscheidungen über die Finanzierung von Forschung und Praxis über lange Jahre am medizinischen Krankheitsmodell ausgerichtet, um mit der Forschung einen Beitrag zur Bekämpfung von Krankheiten zu leisten. Das Gewicht lag auf Intervention und Heilung statt auf Prävention und Gesundheitsförderung (etwa Gable & Haidt, 2005). Und schließlich gewichtet der Mensch aufgrund seiner evolutionären Dispositionen negative Eindrücke stärker als positive (Gable & Haidt, 2005). Einerseits ist also ein »negativer« Fokus der »psychology-as-usual« (Seligman & Pawelski, 2003) verständlich, andererseits müssen wir auch sehen, dass es bereits vor der Einführung der Positiven Psychologie Ansätze gab, die ihrem Anliegen entsprachen und nun zu ihrem großen Erfolg beitragen. Um nicht wieder Gefahr zu laufen, einseitig zu operieren, kann man sich die Frage stellen: Macht es Sinn, sich allein auf das Positive zu beschränken? Inzwischen wird dies mehr und mehr bezweifelt. Zwei Aspekte sind hier zu berücksichtigen: Zum einen ist es schwer, immer klar zwischen dem, was positiv ist, und dem, was negativ ist, zu unterscheiden. Das überrascht nicht, schließlich gibt es ja auch »zu viel des Guten«. Zum anderen kann »Negatives« (z. B. ein kritisches Lebensereignis) auch Grund sein für positive Entwicklungen (z. B. wenn die Bewältigung das Selbstbewusstsein stärkt; Wong, 2011). Selbst wenn man sich also nur auf das Gute beschränken wollte, es ist schwer von jenen Faktoren zu unterscheiden, die z. B. als Belastung erlebt werden oder sich erst später als Gewinn herausstellen. Von daher sollte die Positive Psychologie auch das Negative im Leben der Menschen berücksichtigen.

Gemeinsamkeiten und Herausforderungen. Positive Psychologie versteht sich als eine Plattform oder gemeinsames Dach (etwa Peterson, 2009) für unterschiedliche Traditionen und Forschungsinteressen. Mit ihrem Blick auf Tugenden, Stärken, Werte und Bedürfnisse kann sie Fragen aufgreifen, die bisher vernachlässigt wurden. Damit grenzt sie sich auch ab von wissenschaftstheoretischen Positionen des logischen Positivismus (Trennung zwischen Tatsachen und Werten) und einer strikten Trennung von Grundlagen- und Anwendungsforschung (Peterson, 2009). Positive Psychologie verwendet viele Begriffe und Konzepte, die mit Wertungen verbunden sind. Wissenschaftliche Standards wie Objektivität, Reliabilität und Validität erweisen sich dabei als große Herausforderungen. An vielen Orten hatte dies auch dazu geführt, dass vieles, womit sich heute die Positive Psychologie beschäftigt, außerhalb der anerkannten psychologischen Forschung und Lehre zu finden war. »Even today, clinical psychologists, educational psychologists, industrial-organizational psychologists, sports psychologists, and others with applied concerns are often scattered around university campuses in departments other than psychology« (Peterson, 2009, S. 4). Es ist daher verständlich, dass viele Wurzeln der Positiven Psychologie außerhalb der eigentlichen akademischen Psychologie gewachsen sind.

1.3 Wo liegen die Wurzeln?

Martin Seligmann. Die aktuelle Hochkonjunktur der Positiven Psychologie geht zurück auf die Eröffnungsrede von Martin Seligman, die er als Präsident der American Psychological Association im Jahr 1998 hielt (Seligman, 1999). Vor dem Zweiten Weltkrieg hatte die Psychologie, so Seligman, drei wesentliche Aufgaben für sich erkannt:

- (1) Die Heilung psychischer Erkrankungen,
- (2) die Unterstützung eines erfolgreichen und erfüllten Lebens und
- (3) die Förderung von Talenten und Begabungen.

Nach Seligman hatte die Psychologie die beiden letzten Aufgaben vernachlässigt (vgl. Linley et al., 2006). Aber Vorläufer einer Positiven Psychologie gab es durchaus. Sicher ist hier Abraham Maslow (1908–1970) zu nennen, der den Begriff »Positive Psychologie« prägte (Maslow, 1954). Und bereits 1899 stellte John Dewey (1859–1952, 1900) fest, dass Psychologie durch die Förderung des Wohlbefindens in der Gemeinde das Leben der Menschen verbessern könne und müsse (Schueller, 2009). Zu Beginn des 20. Jahrhunderts schienen die aufkommenden demokratischen Werte und die modernen Wissenschaften alle Gesellschaftsbereiche, insbesondere aber die Schulen grundlegend zu verändern. Hier leisteten Heinrich Pestalozzi (1746–1827), Ellen Keys (1849–1926), John Dewey (1859–1952), Jane Addams (1860–1935), Rabindranath Thakur (1861–1941), Maria Montessori (1870–1952), Janusz Korczak (1877/78–1942) oder etwa Karl Wilker (1885–1980) wichtige Beiträge. Aber die neuen Werte waren noch zu schwach, die demokratischen Modelle zu instabil. Traditionelle Ansätze in der pädagogischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen zeigten eher eine Kultur der Unterdrückung und des Zwangs als der Unterstützung und Selbstbestimmung.

Humanistische Psychologie. Nach dem Zweiten Weltkrieg waren es dann Arbeiten der humanistischen Psychologie von Abraham Maslow oder Carl Rogers (1902–1987), die Bedürfnisse und Stärken der Menschen in das Zentrum ihrer Arbeiten stellten. Eine ähnliche Rolle spielten die Arbeiten zur Förderung einer umfassenden Gesundheit, etwa jene von Marie Jahoda (1907–2001) zu »positive mental health« und Aaron Antonovsky (1923–1994) zur Salutogenese. Auch diese Arbeiten waren für die Positive Psychologie richtungweisend und grundlegend.

Stärkenorientierung. Trotz dieser Vorläufer markiert die Abkehr von der Defizitorientierung hin zu stärkenorientierten Perspektiven, die sich seit 2000 vollzog, eine dramatische Wendung (Peterson & Seligman, 2004; Seligman, 2011; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Die Positive Psychologie bietet nun die Chance, einerseits die Vorarbeiten zu einer stärken- und bedürfnisorientierten Psychologie aufzugreifen, andererseits die vielen wichtigen Erkenntnisse zu Psychopathologie und zu gesellschaftlichen Problemen um die Stärkenorientierung zu ergänzen.

1.4 Was ist der aktuelle Stand?

Die Geschichte der Positiven Psychologie ist eine Erfolgsstory: Von ersten Gesprächen im Kollegenkreis zu einem globalen Netzwerk von Forschern und Praktikern, von ersten visionären Reden und Journalbeiträgen zu Handbüchern und eigenen Zeitschriften, von kollegialem Austausch zu Doktorandenprogrammen, nationalen und internationalen Kongressen und Förderlinien in der Forschung (Linley et al., 2006).

Wissenschaftlichkeit und Alltagsnähe. Diese positive Entwicklung ist sicher der Tatsache zu verdanken, dass immer mehr Menschen mit der Defizitorientierung der Psychologie unzufrieden waren. Ebenso spielten auch die großen Erfolge in der Akquise von Forschungsmitteln eine Rolle, die klare Strategie der Akteure durch wissenschaftspolitische Aktivitäten und die professionelle Steuerung der Projekte, von der Nachwuchsförderung bis zu Themenheften vieler bekannter psychologischer Fachzeitschriften. Und sicher spielte auch das engagierte und oft brillante Auftreten der Protagonisten wie Seligman, Csikszentmihalyi oder Peterson eine entscheidende Rolle (Yen, 2010). Heute präsentiert sich die Positive Psychologie als Wissenschaft, die die Standards der wissenschaftlichen Psychologie achtet und zugleich die Alltagssprache der Menschen spricht, die Antworten auf alte philosophische Fragen sucht genauso wie auf die aktuellen Sorgen der Menschen, durch die ein neues Lebensgefühl gefördert wird und zugleich alte Werte und Tugenden geschätzt werden (Yen, 2010). Mit ihr richtet sich der Blick sowohl auf Alltagserfahrungen als auch auf Missstände und Chancen der Gesellschaft als Ganzes.

Positives und Negatives im Zusammenhang sehen. Heute verstehen wir Positive Psychologie als Wissenschaft jener Aspekte menschlichen Verhaltens und Erlebens, die zur optimalen Entwicklung von Menschen, Gruppen und Institutionen beitragen (Gable & Haidt, 2005). Dass dies auch kritische Entwicklungsphasen und die Auseinandersetzung mit Erschwernissen einschließt, macht die Fülle des menschlichen

Lebens aus und verhindert eine romantische Verzerrung von Forschung und Praxis (vgl. Wong, 2011, zu »Positive Psychology 2.0«). Bereits heute können wir sagen: Die Positive Psychologie hat die Psychologie als Ganzes tiefgreifend und schnell verändert. Die Frage ist berechtigt, ob die Positive Psychologie nicht schon ihr zentrales Anliegen einer Korrektur der gängigen Psychologie erreicht hat?

1.5 Wodurch zeichnet sich die Praxis aus?

Positive Entwicklung fördern. In der Praxis der Positiven Psychologie wird den Bedingungen für positive Entwicklungen besondere Beachtung geschenkt. Dabei kommen Stärken des Individuums wie auch seiner Umwelt in den Blick. Erschwernisse werden als Herausforderungen verstanden, Defizite als Veränderungspotential gewürdigt.

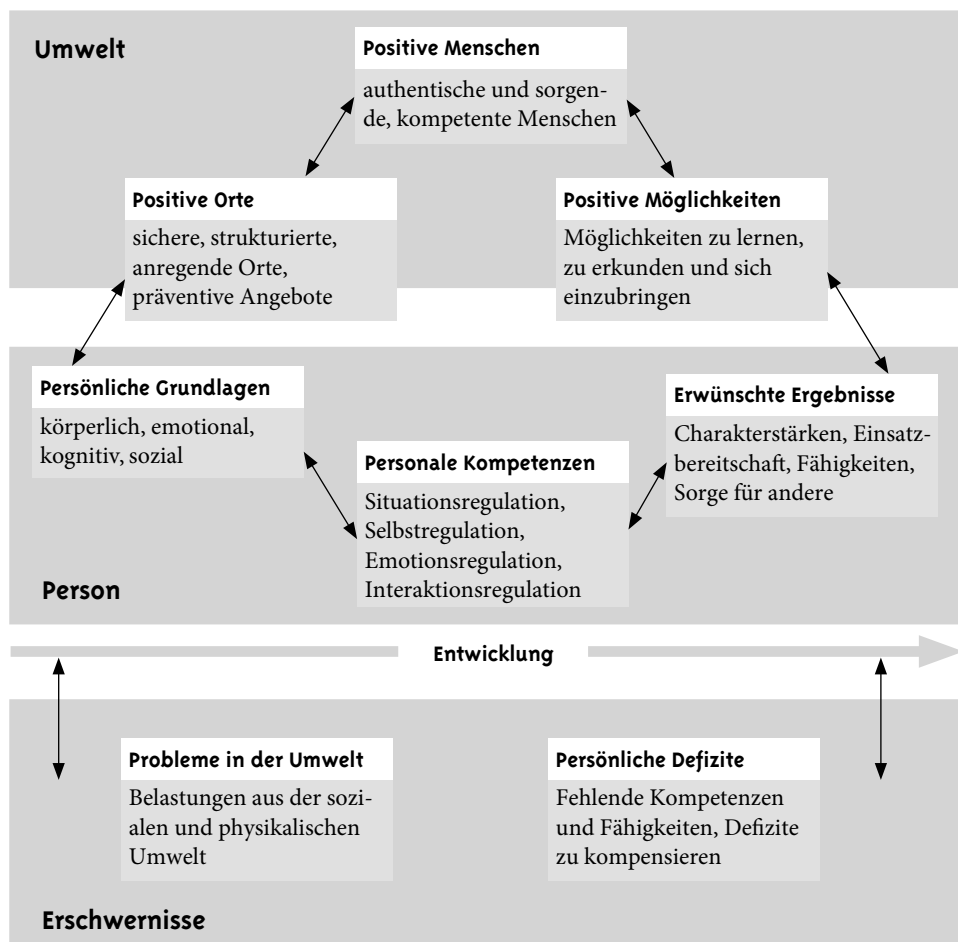


Abbildung 1.1 Wichtige Entwicklungsbedingungen aus Sicht der Positiven Psychologie

Lösungsmöglichkeiten und Entwicklungsressourcen des Einzelnen werden besonders beachtet. In der Beratung gilt es, eingefahrene Denk- und Handlungsmuster aufzuweichen (etwa Steinebach, 2006c). Dabei werden in Diagnostik und Intervention nicht nur positive Aspekte (Erlebnisse, Ressourcen, Erfolge etc.) erfragt oder ausgebaut, es werden grundsätzlich auch positive Emotionen aktiviert. In Folge dieser Aktivierung erweitert sich der Fokus des Denkens und Fühlens und damit werden Lösungen denkbar, die zuvor nicht möglich erschienen (Brendtro, Mitchell & McCall, 2009; Cohn & Fredrickson, 2010; Steinebach, 2006b, c).

Stärken und Schwächen einbeziehen. Trotz vieler Erfolge in Beratung und Therapie ist noch offen, wie die verschiedenen Interventionen auf die einzelnen Anliegen abgestimmt werden können. »One-size-fits-all«-Interventionen (Cohn & Fredrickson, 2010, S. 361) stoßen schnell an ihre Grenzen. Dies umso mehr, wenn neben dem Positiven auch negative Erfahrungen berücksichtigt werden. Einerseits geht es dann darum, die möglicherweise positiven Effekte negativer Erfahrungen zu würdigen (Wong, 2011), andererseits gilt es, den Weg vom Negativen über eine eher ambivalente Bewertung der eigenen Perspektiven hin zu Wohlbefinden und optimaler Entwicklung zu gehen (Gudmundsdottir, 2011). Für die Praxis bedeutet das, die positiven Faktoren in Individuum und Umwelt differenziert zu erfassen, in einem Arbeitsmodell einer gezielten Intervention zu integrieren und, wo nötig, nicht nur zu stabilisieren, sondern auch auszubauen. Zugleich verlangt dies aber auch, die Risiken und Erschwernisse auf Seiten der Umwelt und die Schwächen einer Person zu berücksichtigen. Denn im Entwicklungslauf können selbst diese Risiken und Schwächen zu einer positiven Entwicklung beitragen. So sind im Modell (Abb. 1.1) neben positiven Faktoren auch Risiken und Schwächen von Umwelt und Person berücksichtigt.

1.6 Wo liegen die Herausforderungen?

Kooperation und Austausch. Für die wissenschaftliche Psychologie ist es unverzichtbar, das Positive und das Negative im Leben des Menschen zu berücksichtigen. Wer nur das Positive schätzt, läuft Gefahr, alles andere als »negativ« abzuqualifizieren. Stattdessen muss die Positive Psychologie vorurteilsfrei mit negativen Bedingungen im Verhalten und Erleben des Menschen umgehen und auch diese in Forschung und Praxis angemessen einbeziehen. Folglich ist jede Abgrenzung zu anderen Forschungsfragen und -ansätzen unangemessen (Wong, 2011). Positive Psychologen haben, wie Gable und Haidt (2005) betonen, zwar eine andere Sicht, sie verstehen sich aber nicht als Rebellen, Außenseiter oder geschlossene Gruppe. Im Gegenteil: Die vielen offenen Fragen machen Kooperation und Austausch über verschiedenen psychologischen Disziplinen notwendig. Von daher hat die Positive Psychologie durchaus noch einige Aufgaben zu meistern.

Werte und Normen. Eine weitere Herausforderung liegt in der Forschung an und der Arbeit mit Konzepten, die eng mit Werten und Normen verbunden sind. Psychologie als empirische Wissenschaft kann nur *beschreiben*, aber nicht *vorschreiben*. Der Du-

alismus von Tatsachen und Werten setzt hier einem allzu kurz-sichtigen Transfer von Forschungsergebnissen (was ist) in Handlungsanweisungen (was sein soll) Grenzen. Eine Forschung, die das erfasst, was im Alltag gegeben ist, beschreibt ja nie ein Ideal sondern nur das, was bereits gegeben ist. Und es wäre sicher gefährlich, aus dem Vorgefundenen abzuleiten, dass dies auch die Norm ist, nach der alle streben sollten. Trotzdem kann die empirische Psychologie aufzeigen, welche Bedingungen für ein gestecktes Ziel »wertvoll« sind. Die Entscheidung über das, was als wertvoll gilt, liegt in der Verantwortung des Einzelnen oder auch der Gesellschaft. Hier spielt auch die Kultur eine entscheidende Rolle. Fachlich wird auch der Austausch mit Philosophie und Theologie wichtig.

Kulturelle Unterschiede. Dies legt den Schluss nahe, dass die Wahl des Forschungsgegenstands, die Entscheidung über Angebote und Interventionsziele auch kulturabhängig sind. Gerade in der Forschung zu Werten und Normen sind kulturelle Verzerrungen zu vermeiden. Was in Amerika oder Europa als erstrebenswert gilt, muss für Asien kein passender Wert sein. Und selbst wenn es gleiche Werte gibt, kann es deutliche Unterschiede in der Art geben, wie diese Werte im Alltag gelebt werden (Pedrotti, Edwards & Lopez, 2009; Peng & Paletz, 2011). Damit rücken nun neben grundlegenden Eigenschaften wie Optimismus oder Humor auch komplexe Wechselwirkungen dieser Eigenschaften mit den verschiedenen Umweltsystemen (z. B. Familie, Arbeit, Kultur) in den Blick. Hier bietet sich die Chance, bereits vorliegende Befunde anderer psychologischer Disziplinen zu integrieren und innovative Forschung und Praxis fortan gemeinsam zu entwickeln (etwa für die Familienpsychologie Maniaci & Reis, 2010; für die Gemeindepsychologie Schueller, 2009).

Selbstreflexion. Als Herausforderungen haben wir den Dialog mit den anderen psychologischen Disziplinen genannt, den Austausch mit anderen Wissenschaften und die Fokussierung auf die komplexen Wechselwirkungen zwischen dem Individuum und seiner Umwelt, bis hin zur Kultur (Brendtro, Brokenleg & van Bockern, 2002). Sicher ist aber auch eine kritische Auseinandersetzung mit den eigenen Wurzeln wichtig, mit den anthropologischen und philosophischen Grundlagen, wie sie in den humanistisch-psychologischen Gedanken zu Entwicklung, Erziehung und Therapie zum Ausdruck kommen (Wong, 2011).

1.7 Was bringt die Zukunft?

Inzwischen ist die Positive Psychologie eine unverzichtbare Ergänzung des psychologischen »Mainstreams« (Lopez & Gallagher, 2009). Theorie und Praxis zeigen, was für eine positive Entwicklung im Leben der Menschen wichtig ist. In der Tradition des biopsychosozialen Modells werden die entscheidenden Faktoren auf Seiten des Individuums *und* seiner Umwelt gesucht. Deshalb muss die Positive Psychologie ein integrierendes Netzwerk sein (Diener, 2009), das uns hilft, die ausschließliche Fokussierung auf das einzelne Individuum zu überwinden und die Bedingungen für positive Entwicklungen im Individuum, aber auch in seiner Umwelt zu suchen. Dieses Netz

muss für eine Vielfalt von Forschungsmethoden, Theorien, Modellen und Praxisangeboten offen sein und es muss bereit sein, auch die Probleme im Leben der Menschen zu berücksichtigen (Diener, 2009).

Erfolgreiche Entwicklung vorantreiben. Nach mehr als zehn Jahren intensiver Arbeit sind wir nun einen Schritt weiter, »von den Grundlagen und den Bedingungen zu gezielten wissenschaftlich geprüften Angeboten, mit denen wir das Leben der Menschen verbessern wollen« (Lopez, 2009, S. 689; Übersetzung durch die Autoren). Aber die Mission der Positiven Psychologie ist noch nicht erfüllt. Es muss noch eine Menge getan werden. So gilt es auch zukünftig in Forschung und Ausbildung im Bereich der Positiven Psychologie zu investieren, damit die Praxis einen sicheren Stand hat. Gerade wenn es um die Förderung der intrinsischen Motivation und Kreativität in Schulen geht, um persönliches Wachstum, um Hoffnung und Lebenssinn in der Psychotherapie, um die optimale Entwicklung in Familien, um Zufriedenheit und Flow-Erlebnisse am Arbeitsplatz oder um Hilfsbereitschaft und Vertrauen in unserer Gesellschaft (Lopez, 2009) ist weitere Forschung für die Praxis und mit der Praxis notwendig. »The good news is that much is already known. The even better news is that there is much more still to learn« (Peterson, 2009, S. 6).

Literatur

- Brendtro, L. K., Brokenleg, M. & Van Bockern, S.** (2002). *Reclaiming youth at risk: our hope for the future* (rev. ed.). Bloomington, IN: Solution Tree.
- Brendtro, L. K., Mitchell, M. & McCall, H.** (2009). *Deep brain learning: pathways to potential with challenging youth*. Albion, MI: Starr Commonwealth.
- Cohn, M. A. & Fredrickson, B. L.** (2010). In search of durable positive psychology interventions: Predictors and consequences of long-term positive behavior change. *The Journal of Positive Psychology* 5, p. 355–366.
- Diener, E.** (2009). Positive Psychology: past, present, and future. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press, p. 7–11.
- Gable, S. & Haidt, J.** (2005). What (and why) is Positive Psychology? *Review of General Psychology*, 9, p. 103–110.
- Gudmundsdottir, D. G.** (2011). Positive Psychology and public health. In R. Biswas-Diener (ed.), *Positive Psychology as social change*. Dordrecht: Springer, p. 109–122.
- Linley, P. A., Joseph, S., Harrington, S. & Wood, A. M.** (2006). Positive Psychology: past, present, and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology*, 8, p. 3–16.
- Lopez, S. J.** (2009). The future of Positive Psychology: pursuing three big goals. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press, p. 689–694.
- Lopez, S. J. & Gallagher, M. W.** (2009). A case for Positive Psychology. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (eds.), *Oxford Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press, p. 3–6.
- Maniaci, M. R. & Reis, T.** (2010). The marriage of Positive Psychology and relationship science: A reply to Fincham and Beach. *Journal of Family Theory & Review* 2, p. 47–53.
- Maslow, A.** (1954). *Motivation and personality*. New York: Brandeis University.
- Pedrotti, J., Edwards, L. M. & Lopez, S. J.** (2009). Positive Psychology within a cultural context. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (eds.), *Oxford handbook of Positive Psychology* (2nd ed.). New York: Oxford University Press, p. 49–57.
- Peng, K. & Paletz, S. B. F.** (2011). Cross-cultural psychology in applied settings. In P. R. Martin, F. M. Cheung, M. C. Knowles, M. Kyrios, L. Littlefield, J. B. Overmier & J. M. Prieto (eds.), *IAAP Handbook of applied Psychology*. Chichester: Wiley, p. 525–542.
- Peterson, C.** (2009). Positive Psychology. *Reclaiming children and youth*. 18, p. 3–7.