



Das Glück des Traurigseins. Über die Vorzüge der Melancholie

Softcover + eBook

Erscheinungsdatum: 2018

ISBN: 978-3-662-55979-6 (Softcover inkl. eBook)

ISBN 978-3-662-55980-2 (eBook)

DOI10.1007/978-3-662-55980-2

Seitenzahl: XI, 154

Springer-Verlag Berlin Heidelberg
Zweigniederlassung der Springer-Verlag GmbH,
Berlin
Tiergartenstrasse 17
D-69121 Heidelberg

In diesem Buch über Glück und Melancholie können alle, die von dem Trend-Phänomen Glücksstreben ermüdet sind, erfahren, was zu einem wirklich guten Leben gehören könnte. In einer Zeit, zu der man den Eindruck bekommt, jeder Zweite sei von Burnout betroffen und jeder Vierte von einer Depression, lädt der Autor ein, die Vorzüge der Melancholie zu entdecken: Traurigkeit als Kompetenz, Widersprüche zu empfinden, und als komplexes, schöpferisches Gefühl, das ein Leben in emotionaler Vielfalt ermöglichen kann. Lernt man die Melancholie wertzuschätzen, kann sie einen ganz eigenen Weg ins Glück aufzeigen.

Aus dem Inhalt:

Streifzüge durch die Glücksgesellschaft – Glück als Pflicht? – Wenn sich positives Denken negativ auswirkt – Das Glück des Traurigseins – Empirische Daten zu Melancholie – Vorzüge der Melancholie.

Über den Autor:

Prof. Dr. Anton A. Bucher widmet sich neben seinen universitären Studien gern psychologischen Aspekten des guten Lebens und ist Autor mehrerer erfolgreicher Bücher.