

Dankbarkeit

Die Rolle von Dankbarkeit für mentale Gesundheit und Glück ist vielfach nachgewiesen. Einen guten Überblick über positive Psychologie gibt dieses Buch:

- ✓ *Positive Psychology in a Nutshell: The Science of Happiness*
(Ilona Boniwell)

Wachstum

Diese Bücher können Dir helfen zu verstehen, wie geistige Haltungen und kleinste Angewohnheiten Dein Schicksal beeinflussen:

- ✓ *The Power of Habit: Why We Do What We Do in Life and Business*
(Charles Duhigg)
- ✓ *Mini Habits: Smaller Habits, Bigger Results*
(Stephen Guise)
- ✓ *Daily Rituals: How Artists Work*
(Mason Currey)
- ✓ *As a Man Thinketh*
(James Allen)
- ✓ *Unlimited Power: The New Science Of Personal Achievement*
(Anthony Robbins)
- ✓ *Rich Habits: The Daily Success Habits of Wealthy Individuals*
(Thomas C. Corley)

