

Håndbok i anvendt positiv psykologi

Ingvild S. Jørgensen

Hilde Eileen Nafstad

Torkil Berge

Norsk Psykologforening

torkil.berge@diakonsyk.no

Dette bidraget er et av 42 kapitler i den over 700 siders omfangsrrike boken Positive Psychology in Practice, redigert av de engelske psykologene P. Alex Linley og Stephen Joseph (2004, John Wiley & Sons). Som tittelen antyder dreier det seg om anvendt psykologi, og en lang rekke områder dekkes. Stikkord er verdier og valgmuligheter forbundet med det gode liv, positiv terapi, positiv utvikling gjennom livsløpet, positiv psykologi i arbeidslivet, hvordan bygge håp og optimisme, resiliens og posttraumatisk vekst, utdanning, lokalmiljø, politikk og samfunnsliv. Forfatterne er anerkjente eksperter innen sine områder, og kommer både fra nord-amerikansk og europeisk psykologi. Boken er i seg selv et godt eksempel på hvordan positiv psykologi-bevegelsen kan bidra til å forene tidligere atskilte områder og gi dem en felles stemme. Boken kan anbefales som oppslagsverk og skattekiste.