

Literaturverzeichnis zur Publikation:

Müller B, Scheder A, Lehl S (2013) Kurse für geistige Fitness: Wer nimmt daran teil? Geistig fit 23 (1) 3-7

- [1] AOK Bayern, Zentrale Gesundheitsförderung, Nürnberg: Vitalitätstest: Basisfragebogen zu individueller Vitalität und gesundheitsförderlichen Verhaltensweisen (nicht veröffentlicht).
- [2] Beerheide E, Seiler K (16.10.2012) Erholung und Arbeit. Ergebnisse einer repräsentativen Bevölkerungsbefragung in NRW.
http://www.lia.nrw.de/_media/pdf/service/vortraege/AplusA_Beerheide_Erholung_121016_final.pdf.
- [3] Ehrlinger J, Johnson KL, Banner M, Dunning D, Kruger J (2008) Why the unskilled are unaware? Further explorations of (lack of) self-insight among the incompetent. *Organizational Behavior and Organizational Decision Processes* 105: 98-121.
- [4] Froböse I, Wallmann B (2012) DKV-Report "Wie gesund lebt Deutschland?" (20.12.2012)
http://www.dshs-koeln.de/wps/wcm/connect/5ee729804cf7688a8435943802a42f32/DKV-Report_Wie+gesund+lebt+Deutschland_2012_kl.pdf?MOD=AJPERES&Imod=810017226.
- [5] Gieseke O, Müller B, Lehl S (2011) „Rundum fit - auch im Kopf“ - ein AOK-Programm. *GEISTIG FIT* 21 (5) 3-7.
- [6] Happiness-Institut (20.12.2012) <http://happiness-institut.de/2012/10/happiness-studie/>.
- [7] Infratest Sozialforschung (TNS, 2008) (20.12.2012):
<http://de.statista.com/statistik/daten/studie/179779/umfrage/zufriedenheit-mit-dem-eigenen-schlaf/>.
- [8] Lehl S (2011) SOMEKO-Treppe – bewährtes Konzept aktualisiert. *GEISTIG FIT* 21 (1) 8-11.
- [9] Schumacher J, Klaiberg A, Brähler E (2001) Bevölkerungsrepräsentative Normierung der Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung. *Diagnostica* eingereicht, Manuskriptfassung vom 29.03. 2001, S. 1-8. (10.12.2012): http://userpage.fu-berlin.de/~health/swe_norm.pdf.
- [10] Schwarzer R (1994) Optimistische Kompetenzerwartung: Zur Erfassung einer personellen Bewältigungsressource. *Diagnostica* 40: 105-123. Test im Internet:
<http://userpage.fu-berlin.de/~ahahn/frageb.htm>.
- [11] Teichert T (2008) „Health-Styles“ - Die Trendstudie von "healthy living". Ergebnisbericht, Universität Hamburg, Arbeitsbereich Marketing und Innovation.
- [12] Watson D, Clark LA (1988) Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *J Personal Soc Psychol* 54 (6) 1063-1070.