

# **Čtyři kroky Martina E.P. Seligmana na cestě k realizaci poznatků pozitivní psychologie**

Four steps of Martin E.P. Seligman  
to the realisation of positive psychology  
laboratory results in the everyday life

**Jaro Křivohlavý**



# I. Od studia morální filosofie k psychologii

I. From his interest in the moral  
philosophy to his laboratory  
studies of psychology

II. Od laboratorních pokusů se psy ke studiu deprese u lidí.

II. From his laboratory studies with the dogs to the studies of depression in human beings

III. Od zaměření na  
pesimismus ke studiu  
pozitivních jevů.

III. From his studies of pessimism  
to his studies of optimism

IV. Od teorie pozitivní  
psychologie k praktickému  
využití laboratorních poznatků.

IV. From the theory of positive  
psychology to the  
solution of the real life problems

## Závěr

**Vliv Martina E.P. Seligmana  
na mou vlastní aktivitu**

## Conclusion

**Martin E.P.Seligman's influence  
on my own contributions to the  
positive psychology in CZ**

Books published for  
psychologists with positive  
psychology topics

Published by Grada Publishing -  
Prague



- **2004 Positive psychology – hope, joy and forgiveness.**
- **2006 Psychology of the meaningfulness of life. Questions we ask at to top of our mental maturity**
- **2007 Psychology of gratefulness and ungratefulness – The way leading to interpersonal friendship**
- **2009 Psychology of Wisdom and a really good life**
- **2011 Aging from the point of view of the positive psychology**
- **2012 Optimismus, pesimismus and prevention of depression**

## II. Knihy s tematikou pozitivní psychologie určené prostým lidem

Vydávané Karmelitánským  
nakladatelstvím v Praze

- **2004 O odpouštění**
- **2007 O vděčnosti**
- **2009 O moudrosti**
- **2010 Mít pro co žít**
- **2012 Hořet, ale nevyhořet**

