

ZITIERTE UND DARÜBER HINAUS RELEVANTE LITERATUR

- Abele-Brehm, A. & Brehm, W. (1986). Zur Konzeptualisierung und Messung von Befindlichkeit: Die Entwicklung der „Befindlichkeitsskalen“ (BFS). Diagnostika, 32, 209-228.
- Allison, J. (1970). Respiration changes during TM. Lancet 1, 833-834.
- Allmer, H. (2002). Erholung. In R. Schwarzer & M. Jerusalem (Hrsg.), Gesundheitspsychologie von A-Z (S. 95-105). Göttingen: Hogrefe.
- Allport, G.W. (1961). Pattern and growth in personality. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Altman, K.E.R. (2001). A brief therapy model to reduce stress by practicing breathing exercises, mindful meditation, and yoga stretching. Dissertation Abstracts, DAI-B 62/01, p. 530.
- Anantharaman, R.N. & Kabir Rahila (1984). A study of Yoga. Journal of Psychological Researches, 28(2), 97-101.
- Antonovsky, A. (1979). Health, stress and coping. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1987). Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Austin, T.K. (1980). Stress management. Journal of Orthomolecular Psychiatry, 11 (3), 193-197.
- Baillod, J., Holenweger, T., Ley, K. & Saxenhofer, P. (1989). Handbuch Arbeitszeitgestaltung. Stuttgart: Poeschel.
- Balasubramanian, B. & Pansare, M.S. (1991). Effect of Yoga on aerobic and anaerobic power of muscles. Indian Journal of Physiology and Pharmacology, 35(4), 281-282.
- Baldwin, M.C. (1999). Psychological and physiological influences of Hatha Yoga training on healthy, exercising adults. Dissertation Abstracts, DAI-A 60/04, p.1031.
- Bartmann, U. & Mathes, W.-D. (1992). Autogenes Training an der VHS zur Psychohygiene. Prävention, 14, 22-24.
- Bastine, R. (1970). Klinisch-psychologische Forschungsmethoden. In: W. Schraml (Hrsg.), Klinische Psychologie, Band 1, 523-562. Bern: Huber.
- Beck, A.T., Epstein, N., Brown, G. & Steer, R.A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56 (6), 893-897.
- Beck, A.T. & Steer, R.A. (1993). Beck Anxiety Inventory, Manual. San Antonio: Harcourt

- Brace.
- Becker, P. (1992). Die Bedeutung integrativer Modelle von Gesundheit und Krankheit für die Prävention und Gesundheitsförderung – Anforderung an allgemeine Modelle von Gesundheit und Krankheit. In P. Paulus (Hg.) Prävention und Gesundheitsförderung. Perspektiven für die psychosoziale Praxis (S. 91-107). Köln: GwG.
- Beckmann, p., Brähler, E. & Richter, H.E. (1975). Gießen-Test (GT), 2 Aufl..Bern: Huber.
- Beitel, E.& Kröner, B. (1982). Veränderung des Selbstkonzepts durch Autogenes Training. Zeitschrift für Klinische Psychologie, 11, 1-15.
- Belschner, W. (1993). Gesundheits- und krankheitsbezogene Handlungsorientierung. In W. Belschner & S. Müller-Doohm (Hrsg.), Junge Generation zwischen Liebe und Bedrohung (S. 143-193). Berlin: Edition sigma.
- Belschner, W. (1999). Foundations of Research in Transpersonal Psychology. Eurotas Conference August 4-8. Dobogoko, Hungary.
- Belschner, W. (2001a). Integrale Forschungsmethodik. Die Entwicklung von angemessenen Methoden für den transpersonalen Forschungsgegenstand. In W. Belschner, J. Galuska, H. Walach & E. Zundel (Hrsg.) Perspektiven transpersonaler Forschung, (S. 33-54). Oldenburg: Bibliotheks- und Informationssystem der Universität Oldenburg.
- Belschner, W. (2001b) Tun und Lassen: Ein komplementäres Konzept der Lebenskunst. Transpersonale Psychologie und Psychotherapie, 7 , 85-102.
- Belschner, W. (2002). Die vergessene Dimension in Grawes Allgemeiner Psychotherapie. In W. Belschner, J. Galuska, H. Walach & E. Zundel (Hrsg.) Transpersonale Forschung im Kontext, (S. 167-216). Oldenburg: Bibliotheks- und Informationssystem der Universität Oldenburg.
- Benson, P. (1992). Religion and substance use. In J. E. Schumaker (ed.), Religion and mental health (pp. 211-220). New York: Oxford University Press.
- Benson, H. (1975). The relaxation response.New York: William Morrow.
- Berger, B.G. & Owen, D.R. (1988) Mood alteration with yoga and swimming: aerobic exercise may not be necessary. Percept Mot. Skills, 75(3/2), 1331-1343.
- Bestler, M., Schandry, R., Weitkunat, R. & Alt, E. (1990). Kardiodynamische Determinanten der Herzwahrnehmung. Zeitschrift für experimentelle und angewandte Psychologie, 37,361-377.
- Biermann, G. (1975). Autogenes Training mit Kindern und Jugendlichen. München: Reinhardt.
- Binder, K. (1986). Autogenes Training in der nervenärztlichen Praxis – mehr als ein

- Basistherapeutikum? Schleswig - Holsteinisches Ärzteblatt, 39, 592-598.
- Binder, H. & Binder, K. (1993). Autogenes Training – Basistherapeutikum: ein Weg zur Entspannung und zum Selbst, 2. überarb. Aufl. Köln: Dt. Ärzte-Verlag.
- Birbaumer, N. (1977). Biofeedback. In K. H. Pongratz (Hrsg.) Handbuch der Psychologie. Klinische Psychologie, Band 2. Göttingen: Hogrefe.
- Bhargava, R., Gogate, M.G. & (1988). Autonomic response to breath holding and its variations following pranayama. Indian Journal of Physiological Pharmacology, 32(4), 257-264.
- Bhole, M.V. & Lobo, R. (1981). Physiologische Untersuchungen von Kopf- und Schulterstand. 3. Prana – Jahrbuch für Yoga. München: Scherz.
- Blackmore, S. (1984). A postal survey of OBEs and other experiences. The Journal of the Society of Psychological Research, 52 (796), 225-244.
- Blochin, J.P. & Shanmugan, T.M. (1973). Asana I dychanie. Fiziol. Secenova, 59, 632.
- Bortz, J. (1993). Statistik für Sozialwissenschaftler (4. Aufl.). Berlin: Springer.
- Bortz, J. & Döring, N. (1995). Forschungsmethoden und Evaluation. Berlin: Springer.
- Bös, K. & Gröben, F. (1995). Betriebliche Gesundheitsförderung. Eine Umfrage zum aktuellen Stellenwert und zu Perspektiven. Prävention, 18 (1), 11-14.
- Bonnet, G. (1910). Precis d'autosuggestion volontaire. Paris.
- Brownstein, A. & Demert, M. (1989). Treatment of essential hypertension with yoga-relaxation therapy in a USAF aviator: A case report. Aviation, Space, and Environmental Medicine, 60, 684-687.
- Bühler, K.E. & Biesenecher-Fjornes, R. (1989). Stimmung und Befindlichkeit beim Autogenen Training. Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychoanalyse, 35, 130-142.
- Bunk, B.E. (1978) Effects of hatha yoga and mantra meditation on the psychological health and behaviour of incarcerated males; Diss. Abstr. Intern., 40(2-B), 904.
- Büssing, A., Lehmkuhl, G. & Bergmann, R. (1982). Anwendung und Übungserfolg des Autogenen Trainings über einen längeren Zeitraum. Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie, 30, 141-148.
- Butcher, J.N. (1969). MMPI – Research, Developments and Clinical Applications.
- Buunk, A. P. (1990). Affiliation and helping interactions within organizations: A critical analysis of the role of social support with regard to occupational stress. In W. Stroebe & M. Hewstone (Eds.), European Review of Social Psychology (Vol. 1, pp. 293-322). Chichester: Wiley.

- Campbell, D.T. & Stanley, J.C. (1963). Experimental and quasi-experimental designs for research on teaching. In: N.L. Gage (ed.): Handbook of Research on Teaching, 171-246. Chicago: Rand McNally.
- Carrington, Collings, Benson, Robinson, Wood, Lehrer, Woolfolk & Cole (1980). The use of meditation-relaxation techniques for the management of stress in a working population; Journal of Occupational Medicine, 22, 221-231.
- Cattell, R. B. & Sheirer, A. (1963). Handbook of IPAT. Chigaco: Anxiety scale questionnaire Institute for Personality and Ability testing.
- Cattell, R. B., Eber, H.W. & Tatsuoka,M. (1970). Handbook for 16 personality factor questionnaiere. Champaign: Institute for Personality and Ability testing.
- Cohen, J. (1977). Statistical Power Analysis for the Behavioural Sciences. New York: Academic Press.
- Coue, E. (1926). Ce que j'ai fait. Nancy.
- Cusumano & Robinson & Robinson, J.A. & Robinson, S.E. (1992) The short-term psychophysiological effects of hatha yoga and progressive relaxation on female Japanese students. Japanese-Journal-of-Counseling-Science; Oct Vol 25(2), 94-100.
- Dalman; I. & Soder, M. (1994a). Offene Weite. Das Menschenbild des Patanjali. In I. Dalman & M. Soder (Hrsg.), Viveka – Hefte für Yoga, 1, 40-45.
- Dalman; I. & Soder, M. (1994b). Zum Yoga Sutra des Patanjali. Viveka – Hefte für Yoga, 1, 45-48.
- Dalman; I. & Soder, M. (1994c). Die acht Glieder des Yoga. Viveka – Hefte für Yoga, 3, 16-21.
- Dalman; I. & Soder, M. (1998). Was ist viniyoga?. Viveka – Hefte für Yoga, 16, 4-14.
- Dalman; I. & Soder, M. (1999). Atemnot. Viveka – Hefte für Yoga, 19, 38-44.
- Dalman; I. & Soder, M. (2001). Der Bauer durchsticht den Damm. Viveka – Hefte für Yoga, 24, 16-23.
- Dalman; I. & Soder, M. (2003a). Viniyoga. Viveka – Hefte für Yoga, 28, 4-24.
- Dalman; I. & Soder, M. (2003b). Yoga und Fitness. Viveka – Hefte für Yoga, 29, 12-40.
- Davidson, R. J. & Schwartz, G. E. (1976). The psychobiology of relaxation and related states: A multi process theory. In D. I. Mostofsky (Ed.), Behaviour Control and Modification of Physiological Activity (pp 399-442). Englewood Cliffs, New Jersey: Prentic Hall.
- Delmonte, M. M. (1985) Meditation and anxiety reduction: a literature review. Clinical Psychology Review, 5, 91-102.
- Derogatis, L.R. (1986). SCL 90 R. Self Report Symptom Inventory. In: Collegium

- International Psychiatrie Scalarum (Publ.), Internationale Skalen für Psychiatrie. Weinheim: Beltz.
- Desikachar, T.K.V. (1991). Yoga – Tradition und Erfahrung. Die Praxis des Yoga nach dem Yoga Sutra des Patanjali. Fulda: Vianova
- Desikachar, T.K.V. (1999). Über Freiheit und Meditation. Das Yoga Sutra des Patanjali. Fulda: Vianova.
- Desikachar, T.K.V. (2000). Yoga – Gesundheit von Körper und Geist. Leben und Lehren Krishnamacharyas. Berlin: Theseus.
- Dhanaraj, V.H. (1974). The effect of Yoga and the 5 BX fitness plan on selected physiological parameters. Ph. D. Dissertation University of Alberta.
- Diehl, B.J.M. (1987). Autogenes Training und gestufte Aktivhypnose. Berlin: Springer.
- Diehl, J. M. & Staufenbiel, T. (2001). Statistik mit SPSS, Version 10.0. Eschborn-Klotz.
- Dilling, H. Mombour, W., Schmidt, M.H. & Schulte-Markwort, E. (2001). ICD-10 – Internationale Klassifikation psychischer Störungen – Forschungskriterien. Bern: Huber.
- Dittmann, R.W. (1988). Zur Psychophysiologie beim Autogenen Training von Kindern und Jugendlichen. Frankfurt/Main: Lang.
- Dittrich, A., Arx, S. von & Staub, S. (1986). International Study on Altered States of Consciousness (ISASC) – Summary of the results. The German Journal of Psychology, 9 (4), 319-339.
- Dreher, E. R (1974). The effects of hatha yoga and judo an personality & self-concept profiles on college men and women. Diss. Abstr. Intern., 34, 4833 A.
- Ducki, A. & Greiner, B. (1992). Gesundheit als Entwicklung von Handlungsfähigkeit. Ein „arbeitspsychologischer Baustein“ zu einem Gesundheitsmodell. Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie, 36, 184-189.
- Ducki, A., Niedermeier, R., Pleiss, C., Lüders, E. Leitner, K. Greiner, B. & Volpert, W. (1999). Büroalltag unter der Lupe – Schwachstellen von Arbeitsbedingungen erkennen und beheben. Ein Praxisleitfaden. (2. Aufl.) Göttingen: Hogrefe.
- Ducki, A. (2002). Prävention im Betrieb. In M. Jerusalem & H. Weber (Hrsg.), Psychologische Gesundheitsförderung – Diagnostik und Prävention, (S. 499-514). Göttingen: Hogrefe.
- Ebert, D. (1986). Physiologische Aspekte des Yoga und der Meditation. Stuttgart: Fischer.
- Ebert, D. & Waurick, S. (1980). Verstärkte respiratorische Sinus-Arrhythmie bei vertiefter Yogaatmung. Unveröffentlicht.

- Edmonston, W. E. Jr. (1981). Hypnosis and relaxation. Modern verification of an old equation. New York: Wiley.
- Ehlers, A., Stangier, U. & Gieler, U. (1995). Treatment of atopic dermatitis: A comparison of psychological and dermatological approaches to relapse prevention. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 63 (4), 624-635.
- Eiff, A. W. von & Jörgens, H. (1963). Die Spindelerregbarkeit beim Autogenen Training. In: Proceedings III. International Psychiatry, Montreal 1961, Toronto: Toronto Press.
- Eliade, M. (1977). Yoga. Unsterblichkeit und Freiheit. Frankfurt/Main: Insel.
- Engel, K. (1998). Meditation – und ihre gesundheitsrelevanten Aspekte. Transpersonale Psychologie und Psychotherapie, 1, 83-91.
- Engel, K. (2000). Meditative Wege – eine empirische Untersuchung. Transpersonale Psychologie und Psychotherapie, 1, 84-103.
- Eppley, K., Abrams, D. & Shear, F.H. (1989). The differential effects of relaxation techniques on trait anxiety: A meta-analysis. Journal of Clinical Psychology, 45(6), 957-974.
- Erikson, E. (1959). Identity and life circle. Psychological issues, 1, 18-164.
- Evans-Wentz, W.Y. (1937). Yoga und Geheimlehren Tibets. München: Planeg.
- Fehr, T., Nerstheimer, G. & Törber; C.K.(1973). Untersuchung von 49 praktizierenden TM mit dem FPI. In: T. Kanellakos & P.C. Ferguson (Eds.).Faber, F.R. & Haarstrick, R. (1996). Kommentar – Psychotherapierichtlinien., 4., ergänzte und aktualisierte Auflage. Necharsulm: Jungjohann.
- Fahrenberg, J. Selg, H. & Hampel, R. (1978). Das Freiburger Persönlichkeitsinventar (FPI). Göttingen: Hogrefe.
- Ferguson, P.C. (1981). An integrative meta-analysis of psychological studies investigating the treatment outcomes of meditation techniques; Diss. Abstr. Intern., 42(4-A), 1547.
- Feuerabendt, S. & Hammer, O. (1987). Yogatherapie. München: Knauer.
- Friczewski, F., Brandenburg, U., Jenewein, R., Lieneke,A., Schiwon-Spieß, L. & Westermeyer, G. (1990). Betriebliche Gesundheitszirkel für den Abbau von gesundheitsschädlichen Stress am Arbeitsplatz. In U. Brandenburg, H. Kollmeier, K. Kuhn, B. Marsschall & P. Oehlke (Hrsg.), Prävention und Gesundheitsförderung im Betrieb (S. 290-314). Bremerhaven: Wirtschaftsverlag NW.
- Fitts, P.M. & Posner, M. (1967). Human Performance. Belmont (Calif.): Brooks.
- Flechter, B. C. (1991). Work, stress disease and life expectancy. Chichester: Wiley.
- Frank, R., Vaitl, D. & Walter, B. (1990). Zur Diagnostik körperlichen Wohlbefindens. Diagnostica, 36,33-37.

- Frese, M. (1989). Theoretical models of control and health. In S.L. Sauter, J. J. Hurrell & C. L. Cooper (Eds.), Job control and worker health (pp. 108-128). New York: Wiley.
- Frese, M. (1994). Arbeit und psychische Störung. In k. Höchstetter, L. Gunkel, R. Beck & M. Szpilok (Hrsg.), Gesundheitsförderung im Betrieb. Neue Antworten auf alte Herausforderungen (S. 27-46). Bobingen: Kessler.
- Fuchs, C. (1990). Yoga in Deutschland. Stuttgart: Kohlhammer.
- Fuchs, C. (2000). Die Geschichte des Yoga. In: Berufsverband Deutscher Yogalehrer (Hrsg.), Der Weg des Yoga – Handbuch für Übende und Lehrende, (S. 3-14). Fulda: Via Nova.
- Funderburk, J. (1977). Science studies yoga: A review of physiological data. Honesdale PA: Himalyan Publishers.
- Fydrich, T., Dowdall, D. & Chambless, D.L. (1990). Reliability and validity of the Beck Anxiety Inventory. Journal of Anxiety Disorders, 6, 55-61.
- Galuska, J. (1998). Die transpersonale Dimension der Psychotherapie. In L. Riedel (Hrsg.), Sinn und Unsinn der Psychotherapie. Rheinfelden: Mandala Media.
- Garcia, J. (1983). Autogenes Training und Biokybernetik. Stuttgart: Hippokrates.
- Garhammer, M. (1994). Balanceakt Zeit. Auswirkungen flexibler Arbeitszeiten auf Alltag, Freizeit und Familie. Berlin: Edition Sigma.
- Gerber, G. & Sedlak, F. (1990). Autogenes Training mehr als eine Entspannung. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Gharote, M.L. (1971). Effects of Yoga. In: J. Funderburk, Science studies yoga: A review of physiological data (1977). Honesdale PA: Himalyan Publishers.
- Gilmore, J.V. (1985). Relative effectiveness of meditation and autogenic training for the self-regulation of anxiety. Dissertation Abstracts International, 45 (8-B), 2686.
- Glasgow, M. S. & Engel, B. T. (1987). Clinical issue in biofeedback and relaxation therapy for hypertension. In J. P. Hatch, J. G. Fisher & J. D. Rugh (Eds.), Biofeedback. Studies in clinical efficacy. New York: Plenum Press.
- Gopal, K.S.(1971). Effects of pranayama. In: J. Funderburk, Science studies yoga: A review of physiological data (1977). Honesdale PA: Himalyan Publishers.
- Gopal, K.S., Anantharaman, V. Balchander, U. & Nishit, S. (1973). The cardiorespiratory adjustment in pranayama. Idien Journal of Medicine Science, 27/9, 686.
- Gounger, S.C. (1977). The effects of Hatha Yoga on psychiatric outpatients; Diss. Abstr. Intern., 39(11-B), 5554.
- Goyeche, J. R. (1979) Yoga as therapy in psychosomatic medicine. Psychotherapy & Psychosomatics, 31(1-4), 373-381.

- Grawe, K. Donati, R. & Bernauer, F. (1994). Psychotherapie im Wandel [Psychotherapy in transition] (2nd ed.). Göttingen: Hogrefe.
- Geyer, S. (1997). Some conceptual considerations on the sense of coherence. Social Science and Medicine, 44, 1771-1779.
- Gröben, F. & Bös, K. (1999). Praxis betrieblicher Gesundheitsförderung. Berlin: Edition Sigma.
- Grof, S. (1987). Das Abenteuer der Selbstentdeckung. München: Kösel.
- Grossmann, R. & Scala, K. (1994). Gesundheit durch Projekte fördern. Ein Konzept zur Gesundheitsförderung durch Organisationsentwicklung und Projektmanagement. Weinheim: Juventa.
- Gundlach, G. (1992). Evaluation betrieblicher Gesundheitsförderung. In I. Udris (Hg.), Arbeit und Gesundheit. Psychosozial (Bd. 52, S. 61-71). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Haber, P., Moser, G., Sachs, G. & Spiess, K. (1993). Effectiveness of relaxation groups in patients with chronic respiratory tract diseases. Wiener Klinische Wochenschrift, 105, 603-610.
- Hamm, A. (1993). Progressive Muskelentspannung. In D. Vaitl & F. Petermann (Hrsg.), Handbuch der Entspannungsverfahren, (Bd.1; 245-271). Hemsbach: Beltz.
- Harding, S.D. (1982). Personality and attentional correlates of TM. In : R. Chalmers, G. Clements, H. Schenkluhn & M. Weinless (eds.), Scientific Research on the TM and TM-Sidhi Programme, Collected Papers, Volume 3. Rheinweiler: MERU-Press.
- Haring, C. (1979). Lehrbuch des Autogenen Trainings. Stuttgart: Enke.
- Harrigan, J.M. (1981). A component analysis of Yoga: The effects of diaphragmatic breathing and stretching postures on anxiety, personality and somatic/behavioral complaints. Dissertation Abstracts, 42 (4-A), 1489.
- Hartley, J., Jacobsen, D., Klandermans, B. & Van Vuuren, T. (1991). Job insecurity: Coping with jobs at risk. London: Sage.
- Hartmann, S. & Traue, H. C. (1996). Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention im betrieblichen Umfeld. Ulm: Universitätsverlag Ulm.
- Hess, W. R. (1954). Die funktionelle Organisation des vegetativen Nervensystems. Basel: Schwabe.
- Hense-Krein, M. (1981). Physiologische und psychische Korrelate des Autogenen Trainings und ihre Beziehung zur sensorischen Suggestibilität. Unveröff. Dissertation, Mainz: Fachbereich Medizin.

- Herbert, J. (1990) Vorwort. In: A. Lysebeth, Yoga für Menschen von heute. München: Mosaik.
- Hielscher, V. (2000). Entgrenzung von Arbeit und Leben? Die Flexibilisierung von Arbeitszeiten und ihre Folgewirkung für Beschäftigte. Eine Literaturstudie. Veröffentlichungsreihe der Abteilung Regulierung von Arbeit des Forschungsschwerpunkts Technik-Arbeit-Umwelt des Wissenschaftszentrums Berlin für Sozialforschung.
- Hirsch, R.D. (1987). Zur Problematik des Autogenen Training bei Älteren. Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie, 37, 233-236.
- Hofmann, K. & Unger, C. (1984). Yoga mit Jugendlichen. Unveröff. Dipl.-Arbeit Univ. Hamburg, FB Psychologie
- Holmes, D.S. (1984). Meditation and somatic arousal reduction: a review of the experimental evidence. American Psychologist, 39, 1-10.
- Howald, W. (1985) Effektivitätsmessung von Selbstentfaltungsmethoden. Nienburg: Hannemann.
- Howald, W. (1989). Meditation als Mittel der Persönlichkeitsentwicklung. In: K.E. Bühler & E. Wolz-Gottwald (Hrsg.), Therapie und Spiritualität. Autogenes Training, Meditation, Yoga, (S. 47-76). Gladenbach: Hinder & Deelmann.
- Hyman, R. B. Feldman, H. R. Harris, R. B. Levin, R. F. & Malloy, G. B. (1989). The effects of relaxation training on clinical symptoms: A meta-analysis. Nursing Research, 38, 216-220.
- Ilg, H. (2003). Asanapraxis und Entspannungsreaktion. Viveka-Hefte für Yoga, 27, 4-13.
- Iversen, G. (1984). Vom psychotherapeutischen Engagement bei psychosomatisch Kranken. Praxis der Psychotherapie und Psychosomatik, 29, 218-221.
- Iyengar, B.K.S. (1975). Licht auf Yoga. Weilheim: Barth.
- Janke, W. & Debus, G. (1978). Die Eigenschaftswörterliste. Göttingen: Hogrefe.
- Janke, W., Erdmann, G. & Kallus, W. (1984). Stressverarbeitungsfragebogen (SVF). Göttingen: Hogrefe.
- Johnson, S.J. (1974). Effects of yoga therapy on conflict resolution, self-concept, and emotional adjustment. Diss. Abstr. Intern., 34, 6385 A.
- Jung, C.G. (1933). Modern man in search of a soul. New York: Hartcourt, Brace & World.
- Kahn, R. L. & Boysiere, P. (1992). Stress in organizations. In M. D. Dunette & L. M. Hough (Eds.), Handbook of Industrial and Organizational Psychology (Vol. 3, pp. 571-650). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

- Kallus, K.W. (1995). Erholungs-Belastungs-Fragebogen (EBF). Frankfurt: Swets.
- Kaluza, G. (2002). Förderung individueller Belastungsverarbeitung: Was leisten Stressbewältigungsprogramme? In B. Röhrle (Hrsg.), Prävention und Gesundheitsförderung, Bd. 2. Tübingen: DGVT.
- Karasek, R. A., Gardell, B. & Lindell, J. (1987). Work and non-work correlates of illness and behaviour in male and female Swedish white collar workers. Journal of Occupational Behaviour, 8, 187-207.
- Karasek, R. A. & Theorell, T. (1990). Healthy work. Stress, productivity, and the reconstruction of working life. New York: Basic Books.
- Keyes, C.L., Shmotkin, D. & Ryff, C.D. (2002). Optimizing Well-Being: The empirical encounter of two traditions. Journal of Personality and Social Psychology, 82 (6), 1007-1022.
- Kniffki, C. (1979). Transzendente Meditation und Autogenes Training. München: Kindler.
- Knorz, C. & Zapf, D. (1996). Mobbing – eine extreme Form sozialer Stressoren am Arbeitsplatz. Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie, 40, 12-21.
- Koenig, H. G. & Larson, D. B. (2001). Religion and mental health: Evidence for an association. International Review of Psychiatry, 13, 67-78.
- Koenig, H. G., McCullough, M. E. & Larson, D. B. (2001). Handbook of religion and health. Oxford: Oxford University Press.
- König, W., Di Pol, G. & Schaffler, G. (1979). Autogenes Training: Ein Grundriss. Jena: Gustav Fischer Verlag.
- Köhnken, G., Seidenstücker, G. & Baumann, U. (1979). Zur Systematisierung von Methodenkriterien für Psychotherapiestudien. In U. Baumann, H. Berbalk & G. Seidenstücker (Hrsg.), Klinische Psychologie. Trends in Forschung und Praxis, Band 2, (S. 72-128). Bern: Huber.
- Kraft, C.G. (1979). Eastern and Western approaches for mind-body integration. Diss. Abstr. Intern., 39, 4039 B.
- Kraft, H. (1996). Autogenes Training. Stuttgart: Hippokrates.
- Krampen, G. (1987). Handlungstheoretische Persönlichkeitspsychologie. Göttingen: Hogrefe.
- Krampen, G. (1991a). Übungsheft zum Autogenen Training (FKK). Stuttgart: Verlag für Angewandte Psychologie.
- Krampen, G. (1991b). Fragebogen zur Kompetenz- und Kontrollüberzeugungen (FKK). Göttingen: Hogrefe.
- Krampen, G. (1990). Fragebogen zur Kompetenz- und Kontrollüberzeugung. Göttingen:

Hogrefe.

- Krampen, G. (1991). Diagnostisches und evaluatives Instrumentarium zum Autogenen Training (AT-EVA). Göttingen: Hogrefe.
- Krampen, G. (1992). Autogenes Training als Entwicklungsintervention: Empirische Befunde zu einem Stellenwert der angewandten Entwicklungspsychologie. Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie, 24, 184-200.
- Krampen, G. (1997). Autogenes Training vor und begleitend zur methodenübergreifenden Einzelpsychotherapie bei depressiven Störungen. Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 45(2), 214-232.
- Krampen, G. (1998). Einführungskurse zum Autogenen Training: Ein Lehr- und Übungsbuch für die psychosoziale Praxis (2., neu ausgestattete Auflage). Göttingen: Verlag für angewandte Psychologie.
- Krampen, G. (1999). Long-term evaluation of effectiveness of additional autogenic training in the psychotherapy of depressive disorders. European Psychologist, 4(1), 11-18.
- Krampen, G. (2000). Interventionsspezifische Diagnostik und Evaluation beim Einsatz systematischer Entspannungsmethoden bei Kindern und Jugendlichen. Report Psychologie, 25, 3, 182-205.
- Krampen, G. & Ohm, D. (1985). Zur indikativen Bedeutung generalisierter Kontrollüberzeugungen für das Autogene Training. In: F.J. Hehl, V. Ebel & W. Ruch (Hrsg.), Diagnostik psychischer und psychophysiologischer Störungen. 12. Kongress für Angewandte Psychologie (Band 2, 231-252). Bonn: Deutscher Psychologen Verlag.
- Krampen, G., Main, C. & Waelbrock, O. (1991). Optimierung des Lernprozesses beim Autogenen Training bei kurzer Kurslaufzeit durch Übungsprotokolle. Zeitschrift für Psychologie, Psychopathologie und Psychotherapie, 39, 33-45.
- Krampen, G. & Ohm, D. (1994). Prävention und Rehabilitation. In: D. Vaitl & F. Petermann (Hrsg.), Handbuch der Entspannungsverfahren, (Bd.2; 262-285). Hemsbach: Beltz.
- Kröner, B. & Beitel, E. (1980). Längsschnittuntersuchung über die Auswirkungen des Autogenen Trainings auf verschiedene Formen der subjektiv wahrgenommenen Entspannung und des Wohlbefindens. Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie, 28, 127-133.
- Kröner, B. & Steinacker, I. (1980). Autogenes Training bei Kindern: Auswirkungen auf verschiedene Persönlichkeitsvariablen. Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie, 30, 180-184.

- Krüger, R. (1991). Effekte des Autogenen Trainings auf das körperliche Wohlbefinden und auf Beschwerden. Unveröff. Diplomarbeit: Universität Giessen.
- Kuhn, C. (1996). Effektivität von Hatha Yoga bei Kreuzschmerzen und Hypertonie. Unveröff. Dissertation, medizinische Fakultät der Humboldt-Universität, Berlin.
- Kuppuswamy, B. (1976). Yoga and self-actualisation. Manas, 23(2), 131-137.
- Labhardt, F. (1982). Der Einfluss von Autogenem Training bzw. Betablockern auf Stress bei Chirurgen. In P. Kielholz, W. Siegenthaler, W. Taggert & A. Zanchetti (Hrsg.), Psychosomatische Herz-Kreislauf-Störungen (194-196). Bern: Huber.
- Langen, D. (1980). Formen der Selbstversenkung. Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie, 30, 139-173.
- Lantsch, W. & Drunkenmölle, C. (1975). Kreislaufanalytische Untersuchungen bei Patienten mit essentieller Hypertonie während der ersten und zweiten Standardübung des Autogenen Trainings. Psychiatric Clinician, 8, 223-228.
- Larson, D. B. & Larson, S. S. (2003). Spirituality's potential relevance to physical and emotional health: a brief review of quantitative research. Journal of Psychology and Theology, 31, 1, 37-51.
- Leitner, K. (1993). Auswirkungen von Arbeitsbedingungen auf die psychosoziale Gesundheit. Zeitschrift für Arbeitswissenschaften, 47, 98-107.
- Lehrer, P. M. & Atthowe, J.M. (1982). Effects of progressive relaxation and autogenic training on anxiety and physiological measures, with some data on hypnotisability. In F.J. McGuigan, W. E. Sime & J. McDonald Wallace (eds.), Stress and tension control. New York: Plenum Press.
- Lesser, D.P. (1986). Yoga asana and self actualisation: A Western psychological perspective. Diss. Abstr. Intern., 46 (10-A), 2972.
- Leyman, H. (1993). Ätiologie und Häufigkeit von Mobbing am Arbeitsplatz: Eine Übersicht über die bisherige Forschung. Zeitschrift für Personalforschung, 7, 271-284.
- Lichtstein, K.L. (1988). Clinical relaxation strategies. New York: Wiley.
- Liepmann, D. & Felfe, J. (2002). Gesundheitsförderung in der Arbeit. In R. Schwarzer & M. Jerusalem (Hrsg.), Gesundheitspsychologie von A-Z (S. 163-166). Göttingen: Hogrefe.
- Linden, W. (1993). Meditation. In: In D. Vaitl & F. Petermann (Hrsg.), Handbuch der Entspannungsverfahren, (Bd.1; 208-216). Hemsbach: Beltz.
- Linden, D. (1980). Formen der Selbstversenkung. Psychotherapie und medizinische Psychologie, 30, 139-173.

- Linden, W. (1994). Autogenic Training: Narrative and quantitative review of clinical outcome. Biofeedback and Self-Regulation, 19(3), 227-264.
- Lohaus, A. & Schmidt, G.M. (1989). Fragebogen zur Erhebung von Kontrollüberzeugung zu Krankheit und Gesundheit (KKG). Göttingen: Hogrefe.
- Lord, D.L. (2002) Exploring the role of somatic education in experimental well-being. Dissertation Abstracts, DAI-A 63/04, p. 1269.
- Luczak, H. (1993). Arbeitswissenschaft. Berlin: Springer.
- Luthe, W. (Ed.) (1969). Autogenic therapy. Vol. I-VI. New York: Grune & Stratton.
- Luthe, W. (1970). Research and Theory. In: W. Luthe (Ed.). Autogenic Training, Vol IV. New York: Grune & Stratton.
- Lytwyn, H., Gruber, S., Herzog, G., Krasser, G. & Zöhrer, S. (2000). Effekte des Autogenen Trainings auf verschiedene Symptome und auf einzelne Stressverarbeitungsaktivitäten bei gesunden Erwachsenen im normalen Alltag. Entspannungsverfahren, 17, 4-16.
- Maman, L. (1987). Yoga as a specific contribution to the restoration of health. Unveröff. Dissertation.
- Manz, R., Kirch, W. & Weinkauff, B. (1999). Determinanten subjektiver Beeinträchtigung der Lebenszufriedenheit: Konsequenzen für die Prävention und Gesundheitsförderung. Zeitschrift für Gesundheitswissenschaften, 7 (2), 179-192.
- Margraf, J. & Poldrack, A. (2000). Angstsyndrome in Ost- und Westdeutschland: Eine repräsentative Bevölkerungserhebung. Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie, 26 (2), 150-156.
- Margraf, J. & Ehlers, A.. Die deutschsprachige Version des Beck-Angstinventars. Bern: Huber, in Vorbereitung.
- Marstedt, G. & Mergner, U. (1986). Psychische Belastung in der Arbeitswelt. Theoretische Ansätze, Methoden und empirische Forschungsergebnisse. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Maslow, A.H. (1968). Toward a psychology of being (2nd ed.) New York: Van Nostrand.
- Mathews, A. M. & Gelder, M. G. (1969). Psycho-physiological investigations of brief relaxation training. Journal of psychosomatic Research, 13, 1-12.
- McCullough, M. E. & Larson, D. B. (1999). Religion and depression: A review of the literature. Twin Research, 2 126-136.
- Miles, W.R. (1964). Oxygen consumption during three yoga-type breathing patterns. Journal of applied Physiology, 19, 75.
- Mittwede, M. (1992). Yoga im Kontext der indischen Kulturgeschichte. Ein Überblick. In: F.

- Usarski, Yoga und Indien (S. 60-87). Bonn: Deutscher Volkshochschulen –Verband.
- Mitzinger, D. (2003). Yogatechniken im Entspannungsumfeld. Entspannungsverfahren, 20, 43-61.
- Mohr, G. & Udris, I. (1998). Gesundheit und Gesundheitsförderung in der Arbeitswelt. In R. Schwarzer (Hrsg.), Gesundheitspsychologie – Ein Lehrbuch (2. Aufl., S. 553-573). Göttingen: Hogrefe.
- Müller-Hegemann, D. (1981). Autogene Psychotherapie. Reinbeck: Rowolth.
- Müller-Hegemann, D. & Stetter, F. (1989). Neuere Gesichtspunkte in Theorie und Praxis des Autogenen Trainings. Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie, 39, 178-181.
- Mukerji, G.S. & Spiegelhoff, W. (1979). Yoga und unsere Medizin. Stuttgart: Hippokrates.
- Murza, G. & Laaser, U. (1994). Gesundheitsprogramme in Betrieben und Organisationen. In P. Schwenkmezger & L.R. Schmidt (Hg.), Lehrbuch der Gesundheitspsychologie (S. 234-245). Stuttgart: Enke.
- Mylius, K. (1983). Geschichte der Literatur im alten Indien. Leipzig: Reclam.
- Neugarten, B.L. (1973). Personality change in life: A developmental perspective. In C. Eisdorfer & M.P. Lawton (Eds.), The psychology of adult development and aging (pp. 311-335). Washington, DC: American Psychological Association.
- Niedl, K. (1994). Mobbing/Bullying am Arbeitsplatz. Eine empirische Analyse zum Phänomen sowie zu personalwirtschaftlich relevanten Effekten von systematischen Feindseligkeiten. München: Hampp.
- Norton, G.R. & Johnson, W.E. (1983): A comparison of two relaxation procedures for reducing cognitive and somatic anxiety. Journal of Behavior Therapy & Experimental Psychiatry, 14(3), 209-214.
- Nuernberger, P. (1980). Effects of stress management and breath training. Himalayan Institute Research Bulletin, No. 3, 9.
- Ohm, D. (1987). Entspannungstraining und Hypnose bei Patienten mit koronarer Herzkrankheit in der stationären Rehabilitation. Regensburg: Roderer.
- Orme-Johnson, D. (1987). Medical Care Utilization and the TM Program. Psychosomatic Medicine, 49, 493-507.
- Otis, L.S. (1974). The facts on TM III: If well-integrated but anxious, try TM. Psychology Today, 7 (11), 45-46.
- Pfaff, H. (1989). Stressbewältigung und soziale Unterstützung. Zur sozialen Regulierung individuellen Wohlbefindens. Weinheim: Deutscher Studien Verlag.

- Pagano, E.R., Rose, R.M., Stivers, R.M. & Warrenburg, S. (1976). Sleep during TM. Science, 191, 308.
- Palmer, J. (1979). A community Mail survey of Psychic Experiences. The Journal of the American Society for Psychical Research, 73 (3), 221-251.
- Patel, C. (1975). Yoga and biofeedback in the management of hypertension. Journal of Psychosomatic Rescue, 19, 355.
- Patel, C. (1984). Yogic Therapy. In: R.L. Woolfolk & P.M. Lehrer (eds.), Principles and Practice of Stress Management (p. 71-107). New York: Guilford Press.
- Pati, P.A.(1981). Imagery in alcoholism treatment. Dissertation Abstracts International, 42 (5-B), 2075.
- Pelikan, J. M., Demmer, H. & Hurrelmann, K. (Hg.) (1993). Gesundheitsförderung durch Organisationsentwicklung. Konzepte, Strategien und Projekte für Betriebe, Krankenhäuser und Schulen. Weinheim: Juventa.
- Perlini, A. H. & Spanos, P. (1991). EEG alpha methodologies and hypnotisability: A critical review. Psychophysiology, 28, 511-530.
- Petermann, F. & Vaitl, D. (1994). Handbuch der Entspannungsverfahren, Band 2: Anwendung. Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Petermann, F. & Vaitl, D. (1994). Einleitung. In F. Petermann & D. Vaitl (Hrsg.), Handbuch der Entspannungsverfahren, Band 2: Anwendung (S.11-15), Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Pielage, F. (1998). Außergewöhnliche /religiöse Erfahrungen von Patienten in stationärer Psychotherapie. Unveröffentlichte Diplomarbeit an der Hochschule Bremen.
- Piron, H. (2000). Meditationstiefefragebogen. In A. Yeginer, Forschungsinstrumente der Transpersonalen Psychologie (S.26-28 & 115-120). Oldenburg: Bibliotheks- und Informationssystem der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg.
- Plozien, P. (1953). Versuche zur Normalisierung der ST-Strecke von der Psyche her. Zeitschrift zur Kreislauf-Forschung, 42, 375.
- Plozien, P. (1974). Die Gesamtumschaltung in den autogenen Zustand. Ärztliche Praxis, 26, 3717-3720.
- Pratap, V. (1971). Scientific Studies of Yoga-A review. Yoga-Mimasa, 8 (4), 1-18.
- Puder, M. (1983). Credibility, confidentiality, and ethical issues in employee counselling programming. In J. S. J. Manuso (Ed.), Occupational clinical psychology (pp. 95-104). New York: Praeger.
- Quekelberghe, v. R., Altstötter-Gleich, C., Hertwerck, E. (1991). Assessment Schedule for

- Altered States of Consciousness. Journal of Parapsychology, 55, 377-390.
- Rama, S., Ballentine, R. & Ajaya, S. (1975). Yoga and Psychotherapy. The Evolution of Consciousness. Glenview, Illinois: Himalayan Institute.
- Rao, S. (1963). Cardiovascular responses to head-stand posture. Journal of applied Physiology, 18, 987.
- Rimann, M. & Udris, I. (1993). Belastungen und Gesundheitsressourcen im Berufs- und Privatbereich. Eine quantitative Studie (Forschungsprojekt SALUTE: Personale und organisationale Ressourcen der Salutogenese, Bericht Nr. 3) Zürich: ETH, Institut für Arbeitspsychologie.
- Röhrle, B. (1994). Soziale Netzwerke und soziale Unterstützung. Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Rogers, C. & Livingston, D. (1977). Accumulative effects of periodic relaxation. Perc. Mot. Skills, 44, 690.
- Rosenberg, R. (1979). Conceiving the Self. New York: Basic Books.
- Ross, J. (1972). The effects of the TM Program on anxiety, neuroticism and psychotism. In: D.W. Orme-Johnson & J.T. Farrow (eds.), Scientific Research on the TM Program, Collected Papers, Volume 1, (p. 594-596). Rheinweiler: MERU-Press.
- Rotter, J.B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychological Monographs 80 (1, No. 609).
- Rudolph, S.G. (1981). The effect on the self concept of female college students of participation in Hatha Yoga and effective interpersonal relationship development classes. Dissertation Abstracts, 42, 2039A.
- Rutenfranz, J. & Knauth, P. (1989). Schichtarbeit und Nacharbeit. Probleme – Formen – Empfehlungen (3. Aufl.) München: Bayrisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung.
- Rümmele, E. (1990). Aspekte der Bewegungspsychotherapie – eine Standortbestimmung. In E. Rümmele (Hrsg.) Spektrum der Bewegungspsychotherapie: BPT (Band 1) (pp.1-15) Thun: Deutsch.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57, 1069-1081.
- Ryff, C.D. & Keyes, C.L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. Journal of Personality and Social Psychology, 69, 719-727.
- Sapier, M.I., Javal, I. & Philibert, R. (1965). Utilisation du test MMPI a propos du training

- autogene. In W. Luthe (Ed.) Autogenes Training. Stuttgart: Thieme.
- Sarason, I. G., Sarason, B.R. & Pierce, G. R. (1994). Social support: Global and relationship based levels of analysis. Journal of Social and Personal Relationships, 11, 295-312.
- Scharfetter, C. (1997). Der spirituelle Weg und seine Gefahren. Stuttgart: Enke.
- Schejbal, P., Kröner, B. & Niesel, W. (1978). Versuch einer Objektivierung der Auswirkungen des Autogenen Trainings und der Transzendentalen Meditation auf Persönlichkeitsvariablen eines Persönlichkeitsfragebogens. Zeitschrift für Psychotherapie und medizinische Psychologie, 28, 158-164.
- Schejbal, P. (1979). Auswirkungen des Autogenen Training im psychischen Bereich, dargestellt anhand der Literatur und eigener Untersuchungen. Unveröff. Diss., Fachbereich 2 der Universität Essen.
- Schell, F.J. (1995). Psychologische, kardiovaskuläre und endokrine Wirkung von Hatha-Yoga-Übungen. Unveröffentliche Dissertation, Medizinische Fakultät, Universität Köln.
- Schmutte, P.S. & Ryff, C.D. (1997). Personality and well-being: Reexamining methods and meanings. Journal of Personality and Social Psychology, 73, 549-559.
- Schrappner, D.K. & Mann, K.F. (1985). Veränderung der Befindlichkeit durch Autogenes Training. Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie, 35, 268-272.
- Schreiner, P. (1979). Yoga - Grundlagen, Methoden, Ziele. Ein bibliographischer Überblick. Köln.
- Schultz, J.H. (1926). Über Narkolyse und autogene Organübungen: Zwei neue psychotherapeutische Methoden. Medizinische Klinik, 22, 952-954 (Wiederdruck in D. Langen (Hrsg.) (1968) 52-57).
- Schultz, J.H. (1950). Häufige Fehlerquellen bei der Anwendung der Unterstufe des Autogenen Trainings. In E. Speer (Hrsg.) Lindauer Psychotherapiewoche 1950, Vorlesung und Vorträge (Band 1, 171-178). Stuttgart: Hippokrates (Wiederdruck in D. Langen (Hrsg.) (1968) 155-163).
- Schultz, J.H. (1991). Das Autogene Training (19., unveränderte Auflage). Stuttgart: Thieme.
- Schultz, J.H. & Luthe, W. (1969). Application in psychotherapy. In: W. Luthe (Ed.). Autogenic Training, Vol III. New York: Grune & Stratton.
- Schulz-Raffelt, F. (2000). Die große Tradition: Quellentexte und Wege des Yoga. In: Berufsverband Deutscher Yogalehrer (Hrsg.), Der Weg des Yoga – Handbuch für Übende und Lehrende, (S. 17-28). Fulda: Via Nova.
- Schwarz, G., Davidson, P. & Goleman, A. (1978). Patterning of cognitive and somatic

- processes in self-regulation of anxiety: Effects of meditation vs. exercise; Psychosomatic Medicine, 40(4), 321-328.
- Schwarzer, R. (1994). Optimistische Kompetenzerwartungen. Zur Erfassung einer kognitiven Bewältigungsressource. Diagnostica, 40, 105-123.
- Schwarzer, R. (2002). Selbstwirksamkeitserwartung. In R. Schwarzer & M. Jerusalem (Hrsg.), Gesundheitspsychologie von A-Z (S. 521-524). Göttingen: Hogrefe.
- Segal, S. (1997). Kollision mit der Unendlichkeit. Bielefeld: context Verlag.
- Seidler, C. (1981). Autogenes Training in geschlossenen Gruppen unter besonderer Berücksichtigung der Therapeut-Patient-Beziehung. Psychiatrie, Neurologie und medizinische Psychologie, 33, 749-757.
- Semmer, N. (1990). Stress und Kontrollverlust. In F. Frei & I. Udris (Hg.), Das Bild der Arbeit (S. 190-207). Bern: Huber.
- Semmer, N. & Udris, I. (1993). Bedeutung und Wirkung von Arbeit. In H. Schuler (Hg.), Lehrbuch Organisationspsychologie (S. 133-165). Bern: Huber.
- Shapiro, S. & Lehrer, P.M. (1980). Psychophysiological effects of autogenic training and progressive relaxation. Biofeedback and Self regulation, 5, 249-255.
- Siebenthal, W. (1952). Eine vereinfachte Schwereübung des Schultz'schen autogenen Trainings. Psychotherapie, Medizinische Psychologie, 2, 135-144.
- Singh, V. (1987). Kunjal: a nonspecific protective factor in management of bronchial asthma. J. Asthma, 24 (3), 183-6.
- Slesina; W. & Brockmann, M. (1992). Gesundheitszirkel zur Verstärkung des Gesundheitsschutzes im Betrieb. Arbeit, 1 ,166-186.
- Smith, J.S. (1988). Step toward a cognitive-behavioural model of relaxation. Biofeedback and Self-Regulation, 13, 307-329.
- Sriram, R. (2003). Yoga Sutra – Arbeitsbuch. Beerfelden: Eigenverlag.
- Staudinger, U. M. (1992). Psychological Well-Being Scales – Deutsche Übersetzung für Forschungszwecke. Max-Planck-Institut für Bildungsforschung, Forschungsbereich „Psychologie und Humanentwicklung“.
- StBa – Statistisches Bundesamt (Hrsg.) (1998). Gesundheitsbericht für Deutschland. Gesundheitsberichterstattung für Deutschland. Statistisches Bundesamt, Stuttgart: Metzner-Poeschel.
- Stetter, F. (1985). Chronobiologische Aspekte beim Autogenen Training. Zeitschrift für Psychosomatische Medizin und Psychoanalyse, 31, 172-186.
- Stetter, F. (1998). Was geschieht, ist gut. Entspannungsverfahren in der Psychotherapie.

- Psychotherapeut, 43, 209-220.
- Stetter, F. & Kupper, S. (2002). Autogenic Training: A meta-analysis of clinical outcome studies. Applied Psychophysiology and Biofeedback, 27(1), 45-98.
- Stojanow, W. & Heinrich, R. (1962) Das EEG während des Autogenen Trainings. Psychiatrie, Neurologie, Medizinische Psychologie, 14, 13-18.
- Stokvis, B. & Wiesenhütter, E. (1971). Der Mensch in der Entspannung. Lehrbuch autosuggestiver und übender Verfahren der Psychotherapie und Psychosomatik. Stuttgart: Hippokrates.
- Stück, M. (2000). Handbuch zum Entspannungstraining mit Yogaelementen in der Schule. Donauwörth: Auer.
- Sugi, Y. & Akutsu, J. (1968). Studies of respiration and energy metabolism during sitting in Zazen. Res. J. Phys. Educ., 12, 190-206.
- Susen, G.R. (1978). Erlebte Veränderung einzelner Verhaltensbereiche durch Autogenes Training. Zeitschrift für psychosomatische Medizin und Psychoanalyse, 24, 379-383.
- Thorpe, T.J. (1976). The effects of integral Hatha Yoga on self-actualisation, anxiety, and body-cathexis in drug users. Diss. Abstr. Intern., 37(5-B), 2551.
- Techniker Krankenkasse (2003). Yoga. http://www.tk-online.de/centaurus/generator/tk-online.de/03_fit_and_well/03_wellness_entspannung/07_entspannungstechniken_a-z/17_yoga/01_einleitung/yogaeinleit.htm (30.11.2003).
- Trökes, A. (2000). Hatha Yoga. In: Berufsverband Deutscher Yogalehrer (Hrsg.), Der Weg des Yoga – Handbuch für Übende und Lehrende, (S. 97-216). Fulda: Via Nova.
- Trökes, A. (2003). Yoga - Ankommen in Körper, Atem und Geist. Stuttgart: Klett.
- Udris, I. (1981). Stress in arbeitspsychologischer Sicht. In J. R. Nitsch (Hg.), Stress, Theorien, Untersuchungen, Maßnahmen (S. 391-440). Bern: Huber.
- Udris, I. & Frese, M. (1988). Belastung, Fehlbeanspruchung und ihre Folgen. In D. Frey, C. Graf Hoyos & D. Stahlberg (Hg.), Angewandte Psychologie. Ein Lehrbuch (S. 427-447). München: Psychologie Verlags Union.
- Udris, I., Kraft, U., Mussmann, C. & Rimann, M. (1992). Arbeiten, gesund sein und gesund bleiben: Theoretische Überlegungen zu einem Ressourcenkonzept. In I. Udris (Hg.), Arbeit und Gesundheit. Psychosozial (Bd. 52, S. 9-22). Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Udris, I., Rimann, M. & Thalmann, K. (1994). Gesundheit erhalten, Gesundheit herstellen: Zur Funktion salutogenetischer Ressourcen. In B. Bergmann & P. Richter (Hg.) Die Handlungsregulationstheorie – Von der Praxis einer Theorie (S. 198-215). Göttingen:

Hogrefe.

- Udupa, K.N., Singh, R.H. & Settiwar, R.M. (1971). Studies of physiological, endocrine and metabolic response to practica of Yoga in young volunteers. Journal of Research Ind. Medicine, 6/3, 345.
- Udupa, K. N. (1978). Disorders of Stress and their Management by Yoga, a Study of neurohumeral Response. Benares Hindu University, Varanasy, Indien.
- Unger, C. (1997). Yoga und Meditation - psychologische und psychotherapeutische Aspekte. Eine internationale Bibliographie. Unveröff. Manuskript. Ahrensburg: Himalaya Institut für Yoga Wissenschaft und Philosophie.
- Unger, C. & Hofmann-Unger, K. (1999). Yoga und Psychologie. Persönliches Wachstum und Risiken auf dem Übungsweg. Ahrensburg: ganzheitlich leben.
- Ulich, E. (1994). Arbeitspsychologie (3. Aufl.). Zürich: vdf Hochschulverlag.
- Vaitl, D. (1978). Entspannungstechniken. In K. H. Pongratz (hrsg.) Handbuch der Psychologie. Klinische Psychologie, Halbband 8.2 (S. 2105-2143). Göttingen: Hogrefe.
- Vaitl, D. (1993). Autogenes Training. In D. Vaitl & F. Petermann (Hrsg.), Handbuch der Entspannungsverfahren, (Bd.1; 169-206). Hemsbach: Beltz.
- Vaitl, D. & Petermann, F. (1993). Handbuch der Entspannungsverfahren, Band 1: Grundlagen und Methoden. Weinheim: Psychologie Verlags Union.
- Van Dyck, R., Zitman, F.G., Linssen, A.C.G. & Spinhoven, P. (1991). Autogenic Training and future oriented hypnotic imagery in the treatment of tension headache: Outcome and process. The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis, 39(1), 6-23.
- Vasilos, J.G. & Hughes, H.H. (1979). Skin temperature control. Corrective & social Psychiatry, 25, 119-122.
- Vogel, W, Broverman, D. M. & Klaiber, E. L. (1968). EEG and mental abilities. Electroencephalography and Clinical Neurophysiology, 24, 166-175.
- Wallace, R. K. (1970). Physiological effects of transcendental meditation. Science, 167, 1751-1754.
- Wallace, R. K., Benson, H. & Wilson, A. F. (1971). A wakeful hypometabolic state. American Journal of Physiology, 221, 795-799.
- Walach, H. (2000). Bausteine für ein spirituelles Welt- und Menschenbild. Transpersonale Psychologie und Psychotherapie, 6.
- Walsh, R.N. (1983). Meditation practice and research. Journal of Humanistic Psychology, 23

- (1), 18-50.
- Warenburg, S., Pagano, R.R., Woods, M. & Hlastala, M. (1980). A comparison of somatic relaxation and EEG activity in classical Progressive Relaxation and TM. Journal of Behavioral Medicine, 3(1), 73-93.
- Watanabe, E., Fukuda, S., Hara, H. & Shirakawa, T. (2002). Altered responses of saliva cortisol and mood status by long period special Yoga exercise mixed with Meditation and Guided Imagery. Journal of International Society of Life Information Science, 20(2), 585-587.
- Watts, F. (2000). Psychological research questions about yoga. Mental Health, Religion & Culture, Vol. 3 (1), 71-83.
- West, L. (1989). Cult-Related Harms. In M. Galater (Ed.) New Religious Movements. Washington: American Psychiatric Association.
- Westermeyer, G. & Bähr, B. (1994). Betriebliche Gesundheitszirkel. Göttingen: Verlag für angewandte Psychologie.
- Williams, P., Francis, A. & Durham, R. (1976). Personality and meditation. Perceptual & Motor Skills, 43, 787-792.
- Winkler, N. (2001). Das Heilpotential transpersonaler Erfahrungen. Eine Reanalyse der Daten der Fachklinik Heiligenfeld. In W. Belschner, J. Galuska, H. Walach & E. Zundel (Hrsg.) Perspektiven transpersonaler Forschung, (S. 117-134). Oldenburg: Bibliotheks- und Informationssystem der Universität Oldenburg.
- Wolz-Gottwald, E. (1989). Yoga als Therapie – Ursprünge und Praxis eines ganzheitlichen therapeutischen Ansatzes. In: K.E. Bühler & E. Wolz-Gottwald (Hrsg.), Therapie und Spiritualität. Autogenes Training, Meditation, Yoga, (S. 153-180). Gladenbach: Hinder & Deelmann.
- Wolz-Gottwald, E. (2003). Yoga-Philosophie-Atlas. Fulda: Vianova.
- Yeginer, A. (2001). Psychometrische Messeung in der Transpersonalen Psychologie. In W. Belschner, J. Galuska, H. Walach & E. Zundel (Hrsg.) Perspektiven transpersonaler Forschung, (S. 55-64). Oldenburg: Bibliotheks- und Informationssystem der Universität Oldenburg.
- Zapf, D. & Frese, M. (1991). Soziale Stressoren am Arbeitsplatz. In S. Greif, E. Bamberg & N. Semmer (hg.), Psychischer Stress am Arbeitsplatz (S.168-184). Bern: Hogrefe.
- Zersen, v.D. (1976). Die Beschwerdeliste. Weinheim: Beltz.