

## Literatur

### AD(H)S

- Psychotherapie der ADHS im Erwachsenenalter: Ein Arbeitsbuch, Bernd Hesslinger
- ADS Das Erwachsenen-Buch, Dieter Claus
- Kognitive Verhaltenstherapie der ADHS des Erwachsenenalters, Steven A. Safren, C. A. Perlman, S. Sprich, M. W. Otto
- Suche dir Menschen, die dir gut tun: Coaching für Erwachsene mit ADS, Christine Beerwerth
- Schritt für Schritt, ADS-Buch, L. Weiss

### Prokrastination

- Küstenmacher, Seiwert; Simplify your Life
- Karen Kingston; Feng shui gegen das Gerümpel des Alltags
- von Münchhausen Marco; *So zähmen Sie Ihren inneren Schweinehund!*; Piper
- Fiore Neil; *Wenn nicht jetzt, wann dann? – So überlisten Sie Ihre Aufschieberitis*; mvg Verlag; 1996; ISBN 347808542X
- Goldt Max; *Prekariat und Prokrastination*; In: QQ. Rowohlt, Berlin; ISBN 3-871-34581-4
- Kauß Anja; *Der diskrete Charme der Prokrastination. Aufschieberitis als literarisches Motiv und narrative Strategie (insbesondere im Werk von Jean-Philippe Toussaint)*; Martin Meidenbauer Verlag, München; 2008; 599 Seiten; ISBN 978-3899756722
- Leyhausen Malte; *Jetzt tu ich erstmal nichts - und dann warte ich ab. Wie es sich mit Aufschieberitis gut leben lässt*; Verlag Kreuz, Freiburg; 2010; ISBN 9783783134391
- Meier Urs; *Du bist die Entscheidung*; Scherz; 2008; 220 Seiten
- Miedaner Talane; *Coach dich selbst, sonst coacht dich keiner!*; mvg VerlagPassig Kathrin, Lobo Sascha; *Dinge geregelt kriegen ohne einen Funken Selbstdisziplin*; Rowohlt, Berlin 2008; ISBN 3-871-34619-5
- Popp Georg; *Die Macht der kleinen Schritte*; Quell Oasen, Gütersloh; ISBN 3-579-03332-8
- Rückert Hans-Werner; *Entdecke das Glück des Handelns. Überwinden, was das Leben blockiert*; Campus Verlag; 2004; Fr. 35.90
- Rückert Hans-Werner; *Schluss mit dem ewigen Aufschieben – Wie Sie umsetzen, was Sie sich vornehmen*; Campus Verlag; 2006; Fr. 32.90; ISBN 3593381443
- Schwarzer Ralf; *Psychologie des Gesundheitsverhaltens (2. überarbeitete und erweiterte Auflage)*; Göttingen: Hogrefe (1996)
- Schwarzer Ralf; *Stress, Angst und Handlungsregulation (4. überarbeitete Auflage)*; Stuttgart: Kohlhammer; 2000
- Stollreiter Marc; *Aufschieberitis dauerhaft kurieren*; mvg Verlag, Heidelberg; ISBN 3636071521
- Stross Rudolf; *Die Kunst der Selbstveränderung – Kleine Schritte – grosse Wirkung*; Verlag Vandenhoeck & Ruprecht; 2008; Fr. 30.90
- Vogl Joseph; *Über das Zaudern*; Diaphanes Verlag, Zürich; 2007; ISBN 3037340207

### Ordnung und Aufräumen

- Beer Christa; Bermuda-Dreieck *Schreibtisch. Ordnung und Organisation für Ihren Arbeitsplatz*; Südwest-Verlag; 2005; 128 Seiten; Fr. 18.20
- Fritz Hannelore; *Gut organisiert im Büro. Wie Sie Ihren Arbeitsplatz optimal strukturieren und effizienter arbeiten*; Eichborn-Verlag; 2003; 120 Seiten; Fr. 14.90
- Ritter Thomas; *Endlich aufgeräumt! Der Weg aus der zwanghaften Unordnung*; rororo; 2004; 128 Seiten; ISBN-13 978-3499615917
- Stork Edith; *Logistik im Büro. Unordnung kostet Geld*; Beltz; 2004; 120 Seiten; Fr. 41.10