



# Aufruf an Politik und Wirtschaft

# Lebens- und Glückskultur Deutschland<sup>©</sup>

## Lebensqualität in einer neuen Dimension

### **Zukunftsmodell und Ziel zugleich:** **Lebens- und Glückskultur Deutschland<sup>©</sup>** **Lebensqualität in einer neuen Dimension.**

Mit anderen Denkansätzen und innovativen Kraftquellen.

<https://www.humanhappiness.de/leistungen-ziele/lebens-glueckskultur/>

### **Herausforderungen – Visionen - Neue Denkansätze – Ziele - Lösungen**

#### **1. Das Ziel aller Menschen**

Der Herzenswunsch und das Lebensziel aller Menschen ist es, ein glückliches, freudvolles, gesundes und erfülltes Leben mit einer hohen Lebensqualität zu führen. Alle Entscheidungen, Maßnahmen und Verhaltensweisen in Politik, Wirtschaft, Wissenschaft und Gesellschaft sollten diesem Ziel dienen. Wie sagte schon Voltaire, französischer Philosoph und Schriftsteller: **„Die größte und einzige Aufgabe ist es, das Leben glücklich zu gestalten“.**

#### **2. Glückliche Menschen sind gesünder, kreativer, viel erfolgreicher...**

Die Glückswissenschaft hat das, was wir alle selbst wissen, bestätigt: Glückliche Menschen sind gesünder, kreativer und viel erfolgreicher. Sie erleben mehr Freude und sind zufriedener. Ihre Partnerschaften verlaufen harmonischer und Trennungen sind seltener. Sie fördern ein Klima des Vertrauens sowie der Freundschaft und der Liebe. Das wirkt sich positiv aus in unseren Familien, in Schulen, in Unternehmen und sonstigen Organisationen und nicht zuletzt auf eine lebendige und harmonische Gesellschaft mit Vertrauen, Verantwortungsbewusstsein und Gemeinschaftssinn.

[https://www.humanhappiness.de/wp-content/uploads/2017/02/Was\\_verstehen\\_wir\\_unter\\_GLUECK\\_und\\_was\\_zeichnet\\_glueckliche\\_Menschen\\_aus.pdf](https://www.humanhappiness.de/wp-content/uploads/2017/02/Was_verstehen_wir_unter_GLUECK_und_was_zeichnet_glueckliche_Menschen_aus.pdf)

#### **3. Die psychosoziale Lage muss dringend verbessert werden – der ursächliche Zusammenhang „Glück und Gesundheit“ ist stärker zu beachten**

Die psychosoziale Lage in unserem Land ist besorgniserregend und hat sich weiter verschlechtert. Mehr dazu von den Heiligenfeld Kliniken, Bad Kissingen.

[www.aufruf-zum-leben.de](http://www.aufruf-zum-leben.de) oder <https://www.aufruf-zum-leben.de/lebendiges>

Der reine Blick durch die Wirtschaftsbrille birgt erhebliche Risiken; der begonnene offene und gesellschaftliche Dialog über die möglichen Ursachen und Konsequenzen muss dringend fortgesetzt werden, und der ursächliche und wissenschaftlich belegte Zusammenhang zwischen *Glück & Gesundheit* ist stärker als bisher in der

Gesundheitspolitik zu beachten. In diesem Zusammenhang sollte unsere Regierung die »gesundheitliche Aufklärung« zu einer »Glücksaufklärung« erweitern, denn:  
**Glücksförderung = Gesundheitsförderung = Steigerung der Lebensqualität = enorme Kostenreduzierung im Gesundheitswesen.**

**Mehr dazu in:** <https://www.humanhappiness.de/aktuelles/>

#### **GlücklichSein und eine hohe Lebensqualität sind auch abhängig von einer intakten Umwelt**

Der Zusammenhang zwischen einem glücklichen, erfüllten, zufriedenen Leben und einer intakten Umwelt wird in der Fachliteratur „LebensGlück“ bisher kaum oder gar nicht hergestellt. Auch in der wissenschaftlichen Glücksforschung wird dieser ursächliche Zusammenhang bisher nicht explizit herausgestellt.

Wenn wir uns jedoch vor Augen halten, dass die Umweltverschmutzung und der Klimawandel unser natürliches Lebensumfeld immer mehr in Mitleidenschaft ziehen und Schäden an uns Menschen, an Tieren und der gesamten Natur verursachen, so wird der Zusammenhang „Umwelt - Lebensglück – Lebensqualität“ deutlich. Man denke nur an die rasante Zunahme von Allergien und Atemwegserkrankungen, die zu einer verminderten Lebensqualität und in Folge zu reduziertem Lebensglück führen. Dringend notwendig: neben Bundesgesetzen ein individuelles, auf die jeweilige (Glücks-)Region abgestimmtes Gesamtkonzept „Ökologie – Wohlbefinden – Lebenswerte Zukunft“, denn: **Umweltschutz = Menschenschutz = Förderung von Lebensqualität**

<http://www.umwelt-im-unterricht.de/hintergrund/umwelteinfluesse-auf-die-gesundheit/>

#### **4. HumanExcellence- und Glückskultur – wichtig für die Zukunftsfähigkeit von Unternehmen und für die Menschen, die daran mitwirken**

Das Bewusstsein in der Wirtschaft, dass Glück ein humaner wie wirtschaftlicher Erfolgsfaktor ist und dass das Glücksniveau der Menschen in Unternehmen nicht nur Auswirkungen auf die Gesundheit hat, sondern auf das gesamte Leben der Menschen, ihren Familien und auf die ganze Gesellschaft, muss geschärft werden. Die Zukunftsfähigkeit eines Unternehmens hängt entscheidend von einer glücksbasierten Unternehmenskultur ab und moderne Wirtschaftswissenschaftler, wie Prof. Dr. Ruckriegel, TH Nürnberg, präferieren auch diesen Denkansatz. <http://www.ruckriegel.org>

Die Wirtschaft dürfe nicht ausschließlich die Betriebswirtschaftslehre als Bewertungsparameter heranziehen. Die Humanwissenschaften sind viel stärker bei der Bewältigung gesellschaftlicher (und ökonomischer) Herausforderungen einzubinden.



## Aufruf an Politik und Wirtschaft

# Lebens- und Glückskultur Deutschland<sup>©</sup>

## Lebensqualität in einer neuen Dimension

Vom IST-Zustand, dass wir nahezu jeden Politik- und Lebensbereich ökonomisiert haben, müssen wir abrücken. Mehr dazu auch in: GlücksResonanzPrinzip – Menschen-Wirtschaft-Gesellschaft.

<https://www.humanhappiness.de/wp-content/uploads/2017/02/GluecksResonanzPrinzip.pdf>

### 5. Führung in Wirtschaft und Verwaltung: wir dürfen nicht zu den Schlusslichtern zählen

Das Thema „Führung der Zukunft in Wirtschaft und Verwaltung“ ist aktueller denn je. Die internationale GLOBE-Studie kommt zum Schluss, dass „deutsche Führungskräfte, was die Humanorientierung im Management angeht, zu den absoluten Schlusslichtern zählen“. **Lösung: Eine HumanExcellence- und Glückskultur** mit authentischen Führungspersönlichkeiten. Mehr dazu in:

[http://www.humanhappiness.de/wp-content/uploads/2017/02/3-2\\_Glueck\\_im\\_Unternehmen\\_Prof\\_Dr\\_Ruckriegel\\_-\\_TH\\_Nuernberg-2016.pdf](http://www.humanhappiness.de/wp-content/uploads/2017/02/3-2_Glueck_im_Unternehmen_Prof_Dr_Ruckriegel_-_TH_Nuernberg-2016.pdf)

### 6. Deutschland: vordere Plätze beim Glücksreport der Vereinten Nationen und der OECD anstreben

Nach dem UN-World-Happiness-Report 2018 ist Finnland das glücklichste Land der Welt. Dänemark ist die Nummer 2 (belegte schon drei Mal den ersten Platz). Deutschland (Platz 15) kam noch nie auf vordere Plätze trotz hohem Brutto-Inlandsprodukt und florierender Wirtschaft. Die Bundesregierung sollte weiter an der begonnenen Verbesserung des subjektiven Wohlbefindens der Menschen (gemessen an der Zufriedenheit der Menschen mit dem Leben) arbeiten und die Erkenntnisse der interdisziplinären Glücksforschung stärker einbeziehen.

Den Denkansatz „**Vom Bruttosozialprodukt zum Bruttosozialglück**“ (oder Bruttonationalglück) präferieren wir. Verschiedene Länder haben diese Bewertung schon eingeführt bzw. arbeiten daran. Siehe Internationaler Tag des Glücks unter:

<https://www.humanhappiness.de/aktuelles/>

### 7. Die Wissenschaft empfiehlt der Politik und der Wirtschaft, das Glücksempfinden und die Lebenszufriedenheit der Menschen zu fördern

Jeder Einzelne ist heute mehr und mehr persönlich herausgefordert, neue Antworten auf sein Leben zu finden. Das alltägliche „Experiment Leben“ in einer Welt der großen Veränderungen und Unübersichtlichkeiten hat eine neue kulturelle Dimension erreicht. Viele Menschen brauchen einen Wegweiser für ein glückliches und erfülltes Leben, und auch deswegen haben die Glückswissenschaft und die Medizin die Gesellschafts- und Gesundheitspolitiker sowie die Wirtschaft aufgerufen, TATEN zu fördern, die

GLÜCKLICH MACHEN und das Glücksempfinden der Menschen stärken sowie die Gesundheit verbessern – mit dem Nebeneffekt „Senkung der Krankheitskosten“.

**„Dafür können Menschen informiert und angeleitet werden, sich glücklich zu fühlen und es können Lebenskunst trainiert und Lebensfertigkeiten gestärkt werden“**, so Prof. Dr. Ruut Veenhoven, Erasmus-Universität Rotterdam, der besonders auf die Forschungsergebnisse der >Positiven Psychologie< hinweist. Das alles ist Teil unseres Zukunftsmodells.

<https://www.coca-cola-deutschland.de/stories/prof-ruut-veenhoven>

**„Glücklichsein kann man lernen“**, so Frau Dr. Sonja Lyubomirsky, eine der führenden Glücksforscherinnen aus der Positiven Psychologie, die außerdem erforscht hat, dass glückliche Menschen gesünder, kreativer, geselliger und um ein Vielfaches erfolgreicher sind. Und um Jahre älter werden, mit einer stabilen Gesundheit.

<https://www.blueprints.de/glueck/wie-sie-gluecklicher-werden.html>

### 8. Aufklärung über Konsequenzen wichtiger Lebensentscheidungen. Außerdem: Zukunftsängsten vorbeugen

Eine weitere Möglichkeit, das Glück auf individueller Ebene zu vergrößern, besteht darin, die Menschen über die Konsequenzen wichtiger Lebensentscheidungen zu informieren. Wir leben schließlich in einer »multiple-choice- society«, in einer Gesellschaft mit vielfältigen Wahlmöglichkeiten, in der gut 40 Prozent der Unterschiede in Sachen Zufriedenheit offenbar mit »intentionalem Handeln« (Sheldon/Lyubomirsky) zu tun haben.

**Klügere Entscheidungen werden deshalb zu größerem Glück führen.** Wie bei der gesundheitlichen Aufklärung, sollte es eine solide Faktenbasis geben; im Moment haben wir noch zu wenig verlässliche Daten über die Konsequenzen von Lebensentscheidungen. Bei wichtigen Konsumententscheidungen orientieren wir uns oftmals an den Tests der Verbraucherverbände. Bei Lebensentscheidungen könnten wir über eine ähnliche Informationsgrundlage verfügen, z.B. wenn Familien Kinder bekommen, Menschen beruflich eine zeitlang ins Ausland gehen oder den Vorruhestand anstreben und andere Entscheidungen mehr, so Prof. Dr. Ruut Veenhoven.

**Zukunftsängste vor der digitalen Welt und Industrie 4.0.** Während für einen Teil unserer Bevölkerung der unaufhaltsame Trend zu einer „Internet-Gesellschaft“ faszinierend ist, ist er für einen großen Teil beängstigend. Nicht nur, weil sie Schwierigkeiten haben, sich mit dem Neuen zurechtzufinden, sondern, weil sie sich



# Wer Neues schaffen will, muss Neues tun.

ganz konkret davor fürchten, nicht mehr mithalten zu können oder dass ihre Jobs wegrationalisiert und sie nicht mehr gebraucht werden. Die Politik und die Wirtschaft dürfen diese Verunsicherung nicht abtun, sondern sollten Konzepte entwickeln, um die bei den Menschen zutiefst empfundene Furcht vor dem Unbekannten zu nehmen und sie in Neugier und Zukunftssicherheit umzuwandeln. Flankiert durch Schulungen wie „Freude und Sicherheit in einer vernetzten Welt“.

## 9. Institutionen lebenswerter machen: Schulen – Unternehmen - Altenheime

Eine weitere Quelle des Glücks ist das institutionelle Umfeld, in dem wir den Großteil unserer Zeit verbringen, etwa am Arbeitsplatz (siehe Punkt 4) oder in der Schule. Systematische Verbesserungen in diesen Bereichen werden die durchschnittliche Zufriedenheit in einem Land vermutlich erhöhen, so Prof. Dr. Ruut Veenhoven.

Veenhoven weist in „GRÖßERES GLÜCK FÜR EINE GRÖßERE ZAHL VON MENSCHEN IN DEUTSCHLAND“ auch auf die Altenheime hin, deren wichtigstes „Produkt“ doch glückliche Lebensjahre sein sollen. Es ist viel die Rede von der Lebensqualität (*livability*) in Institutionen, aber harte Fakten gibt es dazu kaum. Das hat vermutlich damit zu tun, dass kaum ein Anreiz besteht, sich um das Glück von Schülern, Arbeitnehmern oder Heimbewohnern Gedanken zu machen. Und dennoch hat sich im Schulbereich schon etwas bewegt, denn eine **Weiterbildung „Schulfach Glück“** gibt es bereits in über 100 Schulen Deutschlands und Österreichs mit besten Ergebnissen.

Das sollte weiter forciert werden, weil die jungen Menschen dadurch auf ein glückliches und erfolgreiches Leben vorbereitet werden (Lebenskunst, Lebenskompetenz) und ihnen Chancen eröffnet, die Geschenke des Lebens zu erkennen. Auch als Prävention gegen ein Abgleiten in die Perspektivlosigkeit mit Konsum von Alkohol und anderen Suchtmitteln. Im Einklang mit der UN-Kinderrechtskonvention von 1989 in der es heißt, dass „das Kind zur vollen und harmonischen Entfaltung seiner Persönlichkeit umgeben von Glück, Liebe und Verständnis aufwachsen soll“.

Mehr dazu in: <https://www.fritz-schubert-institut.de>

## 10. Innovative Projekte zur Persönlichkeits-, Glücks-, Gesundheits- und Zufriedenheitsförderung

Wissenschaftlich ist bewiesen, dass jeder glücklich sein kann - und sich Glückseligkeit auch lernen und trainieren lässt. Dazu bedarf es jedoch innovativer Projekte wie z.B. **Glückslehrpfad – Inspirationen für ein erfülltes Leben. Mit den Kräften der Natur.**

Fordern Sie das komplette Konzept „Glückslehrpfad“ an.

## Der erste Glückslehrpfad in Deutschland in Dennenlohe, Mittelfranken/Bayern.

Mehr dazu in: <https://www.humanhappiness.de/aktuelles/>

Weitere Projekte sollten forciert werden: Wissensvermittlung „Lebenskunst für ein glückliches und erfülltes Leben“, Schulfach GLÜCK, SeniorenGLÜCKs-Konzept und vieles mehr. Wichtig für Kommunen, Unternehmen, Vereine, Verbände, Tourismuszentralen, Gesundheitskassen und generell in der Erwachsenenbildung. Alles Projekte unseres Zukunftsmodells mit dem Ziel, die Vielfalt der Lebenskunst für ein schönes und gesundes Leben erlebbar - und erlernbar - zu machen. Für die Kultivierung im Lebensalltag - für ein Leben mit Sinn und tiefer Freude, im Einklang mit sich selbst und der Welt.

## 11. Ein Weg zum Ziel: GLÜCKsREGION besserglücklichleben®

Die Zukunft gestalten und „Keimzellen für eine hohe Lebensqualität“ **regional** aufbauen. Ein Konzept für visionäre Politiker mit Mut und Weitblick.

Die Lösungen für Punkt 1 bis 11 sind in diesem einzigartigen Konzept enthalten – und einiges mehr. Es geht primär darum, einen überschaubaren Lebensraum auszuwählen und mit neuen Denkansätzen lebendige und attraktive Orte, Räume, Projekte und Ereignisse zu gestalten, in denen Menschen zusammen mit den Verantwortlichen in Politik und Wirtschaft eine Lebens- und Glückskultur gestalten mit einer hohen Lebensqualität. Viele kleine Regionen können einen wichtigen Beitrag für eine Lebenskultur im ganzen Land leisten. Für mehr Lebensglück, Freude und Wohlbefinden. Zentralistische Lösungen sind kaum umsetzbar.

## Viele Berichte zum Thema GLÜCK:

<https://www.humanhappiness.de/glueck-wohlbefinden/>

*„Zwei Dinge sind schädlich für jeden, der die Stufen des Glücks will ersteigen. Schweigen, wenn es Zeit ist zu reden, und reden, wenn es Zeit ist, zu schweigen.“*

(Friedrich von Bodenstedt; 1819 – 1892; deutscher Lyriker)



# Voraussetzungen, um diese Ziele zu erreichen...

## Zusammenfassung „Es ist Zeit zu reden“ – und zu handeln

Die Forschung darüber, welche Folgen Zufriedenheit hat, zeigt folgendes Bild. Demnach befördert Glück Aktivität, Kreativität und geistige Offenheit. Glückliche Menschen sind bessere Ehegatten und Eltern. Sie sind aber auch Bürger, die sich besser informieren als ihre weniger glücklichen Landsleute und sie sind gesellschaftlich aktiver, so Prof. Dr. Ruut Veenhoven. Hinzu kommt, dass Glück das Leben verlängert, wobei sich die Wirkung der Zufriedenheit durchaus damit vergleichen lässt, ob man raucht oder nicht. Diese Belege für die positiven Effekte des Glücks fügen sich sehr schön zu der Theorie, wonach ein Sichwohlfühlen wie eine Art »grüne Ampel« wirkt, die dem Organismus signalisiert, dass alles in Ordnung ist und er weitermachen kann. Deshalb »erweitern« glückliche Menschen ihr Wirkungsfeld und »entwickeln« mehr Ressourcen (Fredrickson 2004).

**Nach Glück sollte man deshalb nicht nur um seiner selbst willen streben, sondern auch wegen seiner positiven Nebenwirkungen“.**

**Bestätigung von der Positiven Psychologie mit der Glückswissenschaft, der Medizin und der Sozialwissenschaft sowie der modernen Wirtschaftswissenschaft:**

Unser Ansatz für eine ganzheitliche Lebensqualität mit den Inhalten und Förderprojekten „LebensGLÜCK, Wohlbefinden, Lebensfreude, Lebenskunst, Gesundheit, Achtsamkeit, Naturverbundenheit, Entschleunigung, Sinnhaftigkeit, Freundschaft und Liebe, lebendige und harmonische Gesellschaft“ ist wichtig und dringender denn je.

Prof. Dr. Harald Welzer, Soziologe und Sozialpsychologe, Direktor Europa-Universität Flensburg, bringt es auf den Punkt: <http://www.futurzwei.org/#index>

*„Ohne tiefgreifenden Wandel von Wirtschafts- und Lebensweise wird man nicht durch das sich gerade warmlaufende 21. Jahrhundert kommen“.*

**Voraussetzungen, um diese Ziele zu erreichen** sind eine finanzielle und ideelle Unterstützung durch zukunftsorientierte Politiker auf allen Ebenen und Unternehmer, die Mut und einen Weitblick haben, etwas noch nie Dagewesenes zu verwirklichen, weil auch sie überzeugt sind, dass eine glücksorientierte Gesellschaft und Wirtschaft von ungeahnt großem volkswirtschaftlichen Nutzen ist.

Und eine lebendige und harmonische Gesellschaft außerdem von einer Lebens- und Glückskultur mit glücklichen, lebensfrohen, kreativen und wertorientierten sowie zufriedenen Menschen bestimmt wird.

**In unserer Homepage finden Sie alle wichtigen Informationen.**

<https://www.humanhappiness.de>

**Und sprechen Sie bitte mit uns. Herzliche Einladung!**

© Copyright und Markenrechte ® liegen bei Roland Betz, Forchheim

Ausgabe: 23.09.2018



Roland Betz in seiner „Oase des Glücks“ in Forchheim

**Akademie LebensGLÜCK©**

ROLAND BETZ UnternehmerBerater & GlücksBotschafter

D-91301 Forchheim

Telefon: 09191-9790300 [info@humanhappiness.de](mailto:info@humanhappiness.de) <http://www.humanhappiness.de>

*„Die reinste Form des Wahnsinns ist es, alles beim Alten zu lassen – und gleichzeitig zu hoffen, dass sich etwas ändert.“*

(Sinngemäß von Albert Einstein)