



INSTITUT
FÜR WERTSCHÄTZENDE
UNTERNEHMENSFÜHRUNG

Extra Glück

Ausgabe 022 / 20.9.2010

Liebe Leserinnen und Leser,

Glück beschäftigt nicht nur Schriftsteller, sondern auch Philosophen, Psychologen und Vertreter verwandter Fachrichtungen. Im Folgenden haben wir für Sie eine Auswahl von Sachbüchern zum Thema Glück zusammengestellt, die uns besonders wichtig erscheinen oder uns besonders gut gefallen.

Mit den besten Grüßen

Christian Weisbach & Petra Sonne

Anregungen

Stefan Klein
Die Glücksformel

Was macht eigentlich glücklich? Jeder Mensch hat dazu seine Ansichten und jede Weltanschauung ihre Lehren und ihren Glauben. Stefan Klein hat sich auf die Suche gemacht nach dem, was wissenschaftlich nachweisbar glücklich macht. Und daraus ein bei aller Faktendichte vergnügliches Buch gemacht.

Zitat

Dass ein Mensch sein Leben samt dessen Umfeld als vollkommen empfindet, dieses Sonntagsglück höchsten Wohlergehens ereignet sich selten. Sollte es doch eintreten, so lässt es sich kaum auf Dauer halten. Und dass es eintritt, hängt von einer glücklichen Konstellation der Umstände ab, die nur begrenzt in der Hand des Menschen liegt.

Otfried Höffe, aus: Lebenskunst und Moral – oder Macht Tugend glücklich?

Rainer Tschechne
Die Angst vor dem Glück

Eine mögliche Erklärung dafür, dass die Menschen in ärmeren Ländern nicht unbedingt unglücklicher sind als die in reichen, liegt darin, dass man sich auch an sein Unglück gewöhnen kann. Tschechne geht in seinem Buch noch ein Stück weiter und legt dar, wie und wo überall wir unser eigenes Glück sabotieren, nur um den uns vertrauten Level an Unglück wieder zu erreichen. Glück, das wir nicht kennen, lässt uns Sicherheit und Vertrautes suchen, auch zum eigenen Schaden. Dabei versucht Tschechne angenehmerweise nicht, seine Sichtweise zur Welterklärung auszubauen, sondern bringt praktische Beispiele und praktikable Ratschläge für Abhilfe.

Mihaly Csikszentmihalyi
Lebe gut!

Wenn es um das Thema Glück geht, ist auch Mihaly Csikszentmihalyi eine feste Größe. Seine Spezialität: Das Glück der Selbstvergessenheit im Augenblick, das er auch Flow genannt hat. Wie und wo man Flow-Erlebnisse erreichen kann, ist zum Teil erstaunlich, denn es widerspricht den Erwartungen. Nicht Erfolg, sondern Konzentration auf das gegenwärtige Erleben, nicht Entspannung, sondern Anforderungen, die möglichst der eigenen Leistungsfähigkeit entsprechen, nicht finanzieller Ertrag, sondern Sinnhaftigkeit des eigenen Tuns, das sind die Zutaten im Rezept für ein glückliches Leben.

Eckart von Hirschhausen
Glück kommt selten allein

Von Hirschhausen konfrontiert uns in gewohnt satirischer kabarettreifer Weise damit, dass wir gut darin sind, das Glück zu suchen, aber schlecht darin, es zu behalten. Seine zentrale Idee lautet: Glück ist paradox.

Francois Lelord

Hectors Reise oder die Suche nach dem Glück

Auch wenn die Kinderbuchsprache für den einen oder anderen Leser gewöhnungsbedürftig sein mag, ist die Suche nach dem Glück ein geradezu märchenhaftes Unterfangen. Im Laufe seiner Reise notiert Hector 23 Lektionen, die mit einer jeweils erlebten Geschichte zusammenhängen, und kommt dabei den Ursachen für Glück und fehlendes Glück auf die Spur.

© Institut für wertschätzende Unternehmensführung GbR 2010 – Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Verwendung über den privaten Gebrauch hinaus bitte nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung der Redaktion. Alle Angaben ohne Gewähr.