## Was sagt die Glücksforschung?

Die wissenschaftliche Glücksforschung liegt seit den 1980er Jahren im Trend: Es gibt universelle Aspekte, die das Glücksempfinden aller Menschen beeinflussen. Dann hat Glück auch eine Komponente, die vom Umfeld abhängt.



# HYCGEUG

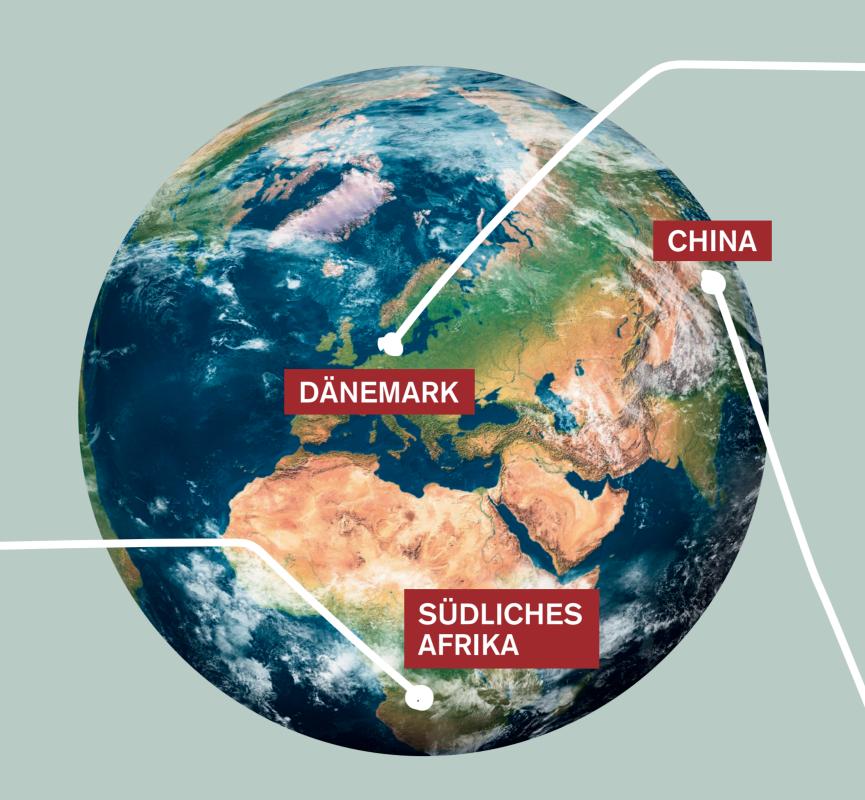
Gemütliches Beisammensein

Hyggelig ist dänisch und norwegisch für gemütlich, angenehm, nett und gut. Hygge ist ein wichtiger Teil der nordischen Lebenseinstellung. Es ist die Kunst, Nähe zu schaffen, ein Gefühl von enger Freundschaft, gemütlichem Beisammensein, Heiterkeit und Zufriedenheit.

# UBUNTU

Erst durch die anderen wird der Mensch zum Mensch

Ubuntu ist ein philosophisches Konzept, das auf eine Redensart in der Bantusprache der Zulu und der Xhosa zurückgeht. Es besagt, dass eine Person erst durch andere Menschen wirklich zum Menschen wird. Ubuntu bedeutet, dass jeder Mensch Teil eines grossen Ganzen ist.



#### Glückskonzepte

Wir Menschen empfinden Glück unterschiedlich, je nachdem, wie wir aufgewachsen sind, wie alt wir sind, wie wir uns fühlen, wo wir unser Leben verbringen und welche gesellschaftlichen Konventionen dort gelten.

Hier drei Beispiele für kontextspezifische Glücksvorstellungen.

NATÜRLICHES

Abwesenheit von

Lärmbelästigung

verschmutzung

und Umwelt-

Zugang zu

Gefühl der

Naturverbundenheit

Räumen

naturbelassenen

**UMFELD** 

### YIN UND YANG

Zu viel Glück zieht Unglück an

Glück und Unglück ergänzen sich im Yin und Yang. Daher ist es wichtig, nicht zu viel Glück zu wollen, weil dieses genau so viel Unglück mit sich bringen würde. Wichtiger sind deshalb in China die zwischenmenschlichen Beziehungen und das Wohlergehen der Gruppe.



### Universelle Glücksfaktoren

Auch wenn Glück nicht immer gleich ist, gibt es Faktoren, die für viele von uns gelten. Ein glückliches Leben hängt von unseren Handlungsspielräumen ab, davon, wie wir diese nutzen und welchen Sinn wir dem Leben geben. Der belgische Geograf Eric Lambin nennt vier universelle Glücksfaktoren für ein glückliches Leben.

# Glück ist ...



Menschen aus Guatemala, Bhutan, Mali und der Schweiz geben uns einen Einblick in ihre Glückswelt. Sie sprechen mit lokalen Filmemachern über das, was sie persönlich glücklich und zufrieden macht, und lassen uns an ihrem Glück teilhaben.

Hier geht es zum Video mit den Glücksstimmen. globalhappiness.ch/gluecksstimmen









**SCHWEIZ** 











#### INSTITUTIONELLES **UMFELD UND SICHERHEIT**



Wahrung der Grundrechte



**Gut funktionie**rende/r Justiz und Staat



**Gut funktionierende** Gesundheitsversorgung





Möglichkeit für politisches Engagement



Abwesenheit von Kriminalität und Konflikten



Menschenwürde

### PERSÖNLICHE SITUATION



**Arbeit** 





Finanzen



Haltung und Lebensphilosophie SOZIALES **UMFELD** 



**Partnerschaft** 



**Familie** 



Freunde



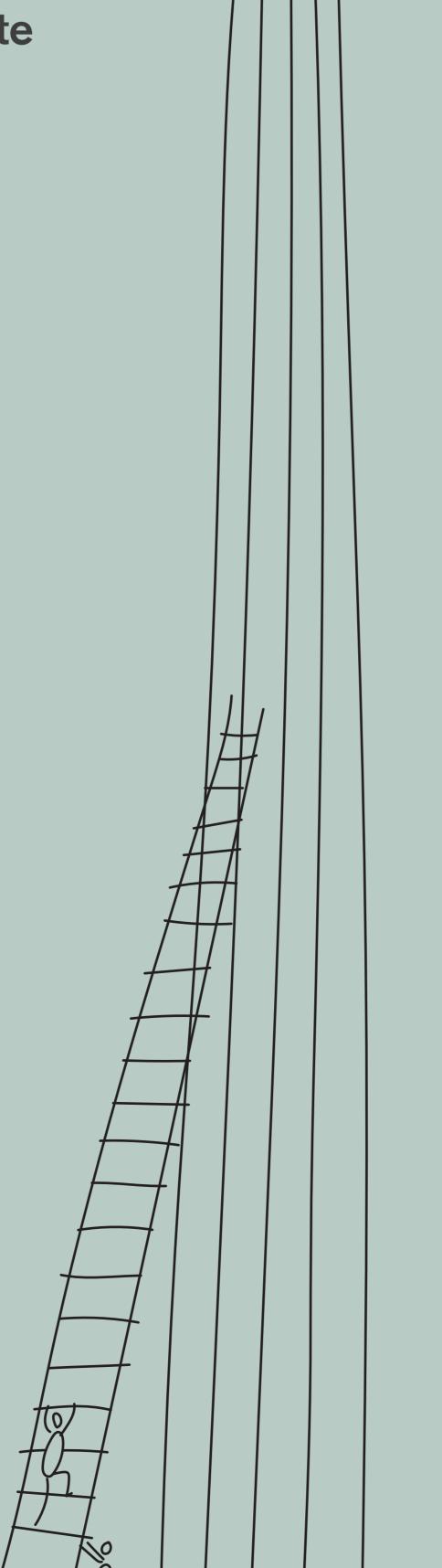
Zugehörigkeit zu einem Netzwerk



Vertrauen







Dies ist ein Auszug aus der Helvetas-Ausstellung globalhappiness.ch





