

Wenn Sie Ihre Schlüsse aus den Coaching News 2 gezogen haben, werden Sie vielleicht der Frage begegnen, „Was macht mich nun zufrieden?“ oder so ähnlich ...

Dan Gilbert, ein Psychologe an der Harvard Universität stellt die provokante Frage: „Wer ist glücklicher, ein Lottogewinner von mehreren Millionen oder jemand, der beide Beine bei einem Unfall verloren hat?“ Laut Gilberts Forschungen sind – wenn zB eine gewisse Zeit nach dem Ereignis vergangen ist – beide gleich glücklich! Seine Begründung: Einschneidende Erlebnisse machen uns mittel- und langfristig weder glücklicher noch unglücklicher. Gilbert: „Your beliefs controls yourself.“ Das heißt, dass wir die Fähigkeit besitzen, Glück zu synthetisieren. Und mehr noch. Dieses synthetisierte Glück ist demnach um nichts geringer als das natürlich erfahrbare.

Gehen wir noch einen Schritt weiter und bedenken, dass, wenn wir nur auf das äusserlich erlebbare Glück warten oder diesem hinterher jagen, unsere eigene Erwartung an die Zukunft um vieles getrübt ist – wie zB beim Lottogewinner im Gegensatz zum Unfallopfer.

Welchen äusseren Dingen laufen Sie nach. Wofür investieren Sie Ihre Energie? Wie aktiv gestalten Sie Ihre Glücksmomente – oder warten Sie noch immer auf Ihre/n ...? Wo und wann erleben Sie Freude an einem ganz normalen Tag?



Paul Lürzer KG
Weinbergstiege 2
5201 Seekirchen am Wallersee
Coaching- & Mediationsraum
Mayrwiesstraße 2, 5300 Hallwang/Salzburg

Telefon: 0043 (0) 664 4108140
E-Mail: office@luerzer-training.at
Website: <http://www.luerzer-training.at>
Xing: https://www.xing.com/profile/Paul_Luerzer
Skype: luerzerpaul