

Presse-Information

Glück kann man lernen: 20. März ist Internationaler Tag des Glücks

Wien, 18. März 2016: Die UNO hat den 20. März 2016 zum Internationalen Tag des Glücks erklärt. Ziel des Weltglückstages ist es, sich die Bedeutung von Glück und Wohlbefinden als menschliches Ziel bewusst zu machen. Laut Wissenschaft wird das Glück zu einem wesentlichen Teil von unserer persönlichen Einstellung und Haltung bestimmt, selbst die Beschäftigung mit dem Glück steigert das eigene Wohlbefinden.

„Bei all den negativen Nachrichten, die tagtäglich verbreitet werden, ist es manchmal schwierig, das Positive, das Schöne und das, was gut funktioniert, nicht aus den Augen zu verlieren. Für mich ist daher die regelmäßige Beschäftigung mit dem Glück eine wichtige Maßnahme für die eigene psychosoziale Gesundheit,“ so Margot Maaß, Gründerin der Initiative Schulfach Glück Österreich.

Glück kann man lernen

Während der Mensch über seine genetische Veranlagung (50 %) keine Kontrolle hat und seine Lebensumstände (10 %) nur wenig beeinflussen kann, ist er gewöhnlich dazu in der Lage, seine Aktivitäten und Gewohnheiten (40 %) zu bestimmen, um das Glücksempfinden dauerhaft zu intensivieren. Die gute Nachricht anlässlich des Internationalen Tags des Glücks ist: Glück kann man lernen.

So hat sich die Initiative Schulfach Glück Österreich zum Ziel gesetzt, mit der Verbreitung des „Schulfachs Glück“, eine neue Kultur in Schulen und in der Gesellschaft zu schaffen. „Das gelingt mit positiven Interventionen. Wir schaffen viele positive Schlüsselerlebnisse, sodass die Schüler nach Hause gehen und sagen ‚Ich will mehr davon haben‘, berichtet Siegfried Neubauer, Mitbegründer der Initiative.

„Schulfach Glück“ ist ein Programm für Persönlichkeitsentwicklung. Maaß: „Es geht nicht darum, den Kindern eine rosarote Brille aufzusetzen, das wäre realitätsfremd und verantwortungslos. Vielmehr geht es uns darum, mit jungen Menschen an ihrer positiven Grundeinstellung zu arbeiten, lösungsorientiertes Denken zu fördern, ihre Stärken zu stärken und den wertschätzenden Umgang miteinander zu erfahren.“

Weiterbildung „Schulfach Glück“

Ein Lehrgang, der in Kooperation mit dem Fritz-Schubert Institut, veranstaltet wird, befähigt Pädagogen, Trainer und Coaches das „Schulfach Glück“ für Schulen, pädagogische Institutionen und im Rahmen einer ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung anzuwenden. Der nächste Lehrgang (sechs Module zu jeweils drei Tagen) startet am 14. Oktober 2016. Details unter www.schulfachglueck.at

Bildmaterial: steht unter diesem [Link](#) zur Verfügung

Filmmaterial: Ein kurzes Video zu “Glück in Wirtschaft und Bildung” finden Sie [hier](#).

Presse-Kontakt: Initiative Schulfach Glück Österreich
Margot Maaß, MA
Tel. 0664/46 047 46
office@schulfachglueck.at
www.schulfachglueck.at