

# Zum Thema: Glück und Lebensqualität

»Glück« und »Lebensqualität« sind positive Begriffe zur Beschreibung menschlicher Existenz. Mit der Zuschreibung von »Glück« wird ausgedrückt, dass es keinen besseren Zustand mehr gibt, mit »Lebensqualität« lässt sich eine Abstufung formulieren. Bisweilen lassen sich Faktoren finden, welche Lebensqualität und Glück beeinflussen, aber sie bleiben von der Wahrnehmung des Einzelnen abhängig. Um sich seines eigenen Glücks bewusst zu werden (oder zu bleiben), benötigt der Mensch Zeit, Zeit zum Innehalten, zur Reflexion seines Zustands. In Zeiten der permanenten Verbesserung und Optimierung aber wird diese zu einer eigenen Lebenskunst, denn müsste der Einzelne anstatt einer Unterbrechung nicht weiter und schneller nach neuer Befriedung oder nach neuem Glück oder nach »noch Glücklicherem« streben?

## Glück suchen und finden

Gibt es also überhaupt so etwas wie das Glück? Zur Beantwortung dieser Frage muss man nicht nur Fachbücher lesen oder sich selbst auf eine Wiese setzen, sondern auch Kunst, Literatur oder Filme geben Anregungen. So reiste etwa der Filmemacher Franz X. Gernstl »Auf der Suche nach dem Glück« quer durch Deutschland, um in Gesprächen und durch Rückblenden zu früheren filmischen Episoden Einblicke in das Leben von Menschen zu erhalten. Er fragt sie nach ihrer Vorstellung vom Glück, nach Ideen, Arbeit, Liebe, Sehnsüchten – kurz: nach ihrem Leben. Manchmal wirken die Menschen dabei eher glücklich, manchmal eher unglücklich; das hängt vielleicht auch von der (filmischen) Momentaufnahme ab, aber auch davon, wo sich Menschen gerade im eigenen

Leben befinden, wie sie sich selbst und ihr Glück wahrnehmen. Denn Glück ist individuell – der eine erlebt es beim Tanzen, der andere bei der Arbeit, der Nächste beim Tauchen und wieder andere beim Spielen mit Kindern.

Ist Glück ein immerwährender Zustand, ein kurzes Hochgefühl oder die bloße Abwesenheit von Unglück? Ungleicherweise kann man auch Unglück nicht genauer bestimmen. Aber es scheint, als ob das Bedürfnis nach einem glücklichen und gelingenden Leben, nach Lebensqualität groß ist, denn nicht umsonst existieren diverse Ratgeber und Bücher zu Glück, Well-Being oder Lebenskunst. Und auch in der (erwachsenen-)pädagogischen Praxis tauchen derartige Themen immer wieder auf (u.a. Schulfach Glück, Glückscoaching, Meditationstechniken). Was aber ist gemeint, wenn dort von Glück gesprochen wird? Was ist die Voraussetzung von Glück (materiell, finanziell, ideell, persönlich, sozial)? Was bedingt das Glück? Gibt es Glück nur für jeden Einzelnen oder kann ein ganzes Land glücklich sein? Kann man Glück fördern? Und macht Bildung glücklich oder ist »Glück« gar ein Bildungsziel? Ist Bildung eine Voraussetzung von Glück oder begünstigt Glück Lern- und Bildungsprozesse? Letzteres kann dahin gehend beantwortet werden, dass Lernen leichter fällt, wenn sich der Lernende wohlfühlt. Aber ob durch Wohlbefinden und Freude auch kritisches Lernen oder Bildung erreicht werden kann, bleibt unbeantwortbar. Und dass Bildung als Voraussetzung von Glück gelten kann, ist nicht belegbar. Denn Menschen mit großer Intelligenz oder einem hohen Bildungsstand sind nicht glücklicher als weniger Gebildete. Glückszustände sind nicht abhängig von Schulabschluss oder Status, denn Glück wird je individuell erlebt und

erfahren. Bildung kann daher allein dazu beitragen, Glücksmöglichkeiten zu erweitern und die subjektive (und kollektive) Wahrnehmungsbereitschaft für Glück zu erhöhen.

So viele individuelle Vorstellungen es vom Glück gibt, so unterschiedlich wird es auch in den Disziplinen (u.a. Philosophie, Psychologie, Soziologie, Ökonomie und nicht zuletzt Neurobiologie und Hirnforschung) sowie zwischen Kulturen und Religionen behandelt. Daneben sind Glück und Lebensqualität auch deswegen nicht leicht zu bestimmen, weil sie mit anderen Ideen und Konstrukten wie etwa Anerkennung, Achtsamkeit oder Gesundheit (u.a. Salutogenese, Resilienz) verwoben sind. Eine gesundheitsbezogene Lebensqualität etwa geht von einer positiven Verknüpfung von Qualität und Gesundheit aus. Es bestehen Versuche, Lebensqualität zu messen. Wie aber kann ein derart umfassendes subjektives Phänomen wie Lebensqualität (oder auch Glück) gemessen werden, denn neben objektiv feststellbaren Größen müssen u.a. auch Kulturreis, Sprache und eben die höchst subjektiven Vorstellungen von Personen berücksichtigt werden.

Positiv an solchen Untersuchungen (aktuell etwa: Benefits of Lifelong Learning) ist, dass sie ein Gegengewicht zu den vorherrschenden, allein auf ökonomische Zusammenhänge ausgerichteten Studien darstellen. Das Themenheft intendiert einen Impuls zur Auseinandersetzung mit dem Thema »Glück« in (bildungs-)philosophischer, theologischer und pädagogisch-praktischer Perspektive. Dazu bedarf es einer Reflexion von theoretischen, empirischen und praktischen Ausformungen von Glück, durch die auch die Komplexität des Begriffs mit seinen Möglichkeiten und Paradoxien deutlich wird. Daneben diskutieren die Autoren des Hefts die (Un-)Lernbarkeit von Glück und stellen Bezüge zur Lebensqualität von Einzelnen, von Gruppen und von Gemeinschaften her.

Begeben wir uns also auf die Suche nach dem Glück!