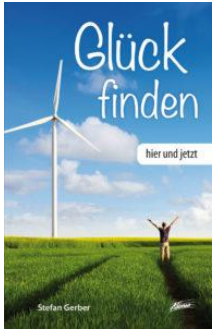


**«Nicht Erfolg macht uns glücklich.
Glück macht uns erfolgreich.»**
Manfred Winterheller

gerber
motivation & training

Die Glücksforschung hat eindrücklich gezeigt, dass unser Erfolg unser Glücksempfinden viel weniger beeinflusst, als landläufig vermutet wird. Zahlreiche Studien beweisen dies. Eine davon zeigt beispielsweise auf, dass Assistenzprofessoren bei der Berufung zum Professor die erwarteten Glücksgefühle zwar tatsächlich erlebten, doch „die Dauer des empfundenen Glücks hielt nur sehr kurz an. Nach wenigen Monaten fühlten sie sich bereits wieder genauso glücklich wie vor dem Ereignis.“ (Oliver Haas in Corporate Happiness als Führungssystem)



Man kann also sagen: Erfolg taugt nicht als nachhaltiger Glücksfaktor. Auch der Lottogewinn tut dies übrigens nicht. Die gute Nachricht: Unser „psychologisches Immunsystem“ sorgt umgekehrt auch bei negativen Ereignissen dafür, dass sich unser Glücksempfinden nach einer relativ kurzen Zeit wieder im gewohnten Niveau einpendelt.

Die Erkenntnisse der Glücksforschung gehen aber noch einen Schritt weiter: Nicht Erfolg beeinflusst unser Glück, aber unsere Glück beeinflusst unseren Erfolg!

Glück – im Sinn von Lebenszufriedenheit – beeinflusst zu einem grossen Teil unseren Erfolg.

Darum investieren wir gemäss unserem Firmenmotto „**Glücklich erfolgreich sein**“ durch **Referate**, **Coachings** und **Workshops** in Führungspersonen, damit diese selbst mehr Lebenszufriedenheit erfahren und dies in der Folge auch ihren Mitarbeitenden ermöglichen.

Im Buch „**Glück finden – hier und jetzt**“ sowie in „**Stef's GlücksBlog**“ erhalten Sie sofort anwendbare Impulse, um Ihr eigenes Glück zu gestalten.

Stefan & Brigitte Gerber, Theologe & Coach / dipl. Erwachsenenbildnerin HF, Studen BE
www.motivation-training.ch

Stimmen zum Buch

Das Thema Glück fasziniert mich sehr. Mit einem Lächeln im Gesicht habe ich Stefan Gerbers Buch gelesen: Die vielen kurzweiligen Kapitel mit praktischen Tipps zum Glück sind für jeden hilfreich.

DJ Bobo

Das Hamsterrad mit dem Windrad austauschen – wie geht das? Wärmstens empfehle ich Ihnen die Anleitung dazu in Stef Gerbers Buch „Glück finden“! Gekonnt integriert der Autor zentrale Befunde zu Glücksfaktoren aus der Theologie und Psychologie und ergänzt sie mit seinen persönlichen Erkenntnissen. Das mit Weisheit vollbepackte Buch ermutigt nicht nur zu einem glücklichen Leben, sondern leitet anhand klar verständlicher Gedanken an zu einem ShalomLeben – ein versöhntes Leben, in welchem wir Sinnhaftigkeit, Verbundenheit und Ganzsein erleben. Wer die praktischen Tipps, welche jedes Kapitel abrunden, in seinem Leben umsetzt, wird Glück finden. Probieren auch Sie es aus!

Dr. Barbara Studer, Leitende Psychologin und Dozentin

Mir gefällt das Buch von Stefan Gerber besonders gut, weil er es versteht, das Thema «Glück» verständlich, für alle nachvollziehbar und mit guten Beispielen versehen, zu beschreiben. Die Symbolik mit dem ShalomLeben- Windrad, der starken Nabe für die starke Selbstführung zeigt deutlich auf, dass wir zum grössten Teil selber Gestalter des eigenen Glücks sind. Ein praktisches (Arbeits)Buch für die Menschen, welche das Glück bereits gefunden haben oder noch auf der Suche danach sind.

Beat Rüfli, Geschäftsinhaber bizfit / Leiter Netzwerk santé&entreprise