

Das Glück ist ein Vogerl

WANN & WO Eigentlich braucht's zum Glücklichen nicht viel. W&W ging der Frage nach, warum dies dennoch nicht immer ganz leicht ist.

In Tirol leben die glücklichsten Österreicher, die Burgenländer sind am unglücklichsten – das besagt eine aktuelle Umfrage. Auch die Vorarlberger bezeichnen sich als glücklich, sind allerdings nicht besonders offen für Neues, weiß auch die Hörbranner Lebensberaterin Diana Sicher-Fritsch:



Diana Sicher-Fritsch

„Aus meiner Arbeit weiß ich, dass die VorarlbergerInnen häufig ein großes Sicherheitsdenken haben. Veränderungen werden von vielen skeptisch beobachtet. Das kann das Leben im Allgemeinen ganz schön schwer machen.“

Sich auch über Kleinigkeiten freuen

Werte wie Familie, Gesundheit und das eigene Heim stehen für

die Vorarlberger auf der Prioritätenliste an oberster Stelle, können aber auch große Sorgen bereiten. Wichtig ist daher, sich auch an kleinen Dingen erfreuen zu können. „In meinen Coachings erfahre ich oft, dass Menschen, die die kleinen Glücksmomente spüren und genießen können, glücklicher sind als andere. Wer sich auch über ein gutes Essen oder eine Umarmung freuen kann, hat mehr vom Leben“, sagt Expertin Sicher-Fritsch.

BETTINA MEIER

bettina.meier@www.vol.at



Das Glück ist ein Vogerl

W&W

Eigentlich braucht's zum Glücklichen nicht viel. W&W ging der Frage nach, warum dies dennoch nicht immer ganz leicht ist.

In Tirol leben die glücklichsten Österreicher, die Burgenländer sind am unglücklichsten – das besagt eine aktuelle Umfrage. Auch die Vorarlberger bezeichnen sich als glücklich, sind allerdings nicht besonders offen für Neues, weiß auch die Hörbranner Lebensberaterin Diana Sicher-Fritsch:



Diana Sicher-Fritsch

„Aus meiner Arbeit weiß ich, dass die VorarlbergerInnen häufig ein großes Sicherheitsdenken haben. Veränderungen werden von vielen skeptisch beobachtet. Das kann das Leben im Allgemeinen ganz schön schwer machen.“

Sich auch über Kleinigkeiten freuen

Werte wie Familie, Gesundheit und das eigene Heim stehen für

die Vorarlberger auf der Prioritätenliste an oberster Stelle, können aber auch große Sorgen bereiten. Wichtig ist daher, sich auch an kleinen Dingen erfreuen zu können. „In meinen Coachings erfahre ich oft, dass Menschen, die die kleinen Glücksmomente spüren und genießen können, glücklicher sind als andere. Wer sich auch über ein gutes Essen oder eine Umarmung freuen kann, hat mehr vom Leben“, sagt Expertin Sicher-Fritsch.

BETTINA MEIER

bettina.meier@www.vol.at

