

# Was ist ein gutes Leben?

Von der Antike bis in die Gegenwart, die  
gleichen Fragen, wechselnde und  
wiederkehrende Antworten

Andreas Fröhlich, Bern 2013

# Worte, nichts als Worte?

Lebenszufriedenheit

Glück

Ausgeglichenheit

Bedürfnislosigkeit

Work-Life-Balance

Happiness

Lebensqualität

Eudaimonia

# Ein Widerspruch?

- Alle Formen von Vorsorge wollen schwere Behinderungen vermeiden, sie gehören nicht zu einem „guten Leben“.
- Menschen mit schweren Behinderungen sollen einbezogen sein in das „gute Leben“ der jeweiligen Gesellschaft.
- Wie kann etwas „gut“ sein, das wir mit aller Anstrengung zu vermeiden suchen?

# Glücksatlas Deutschland

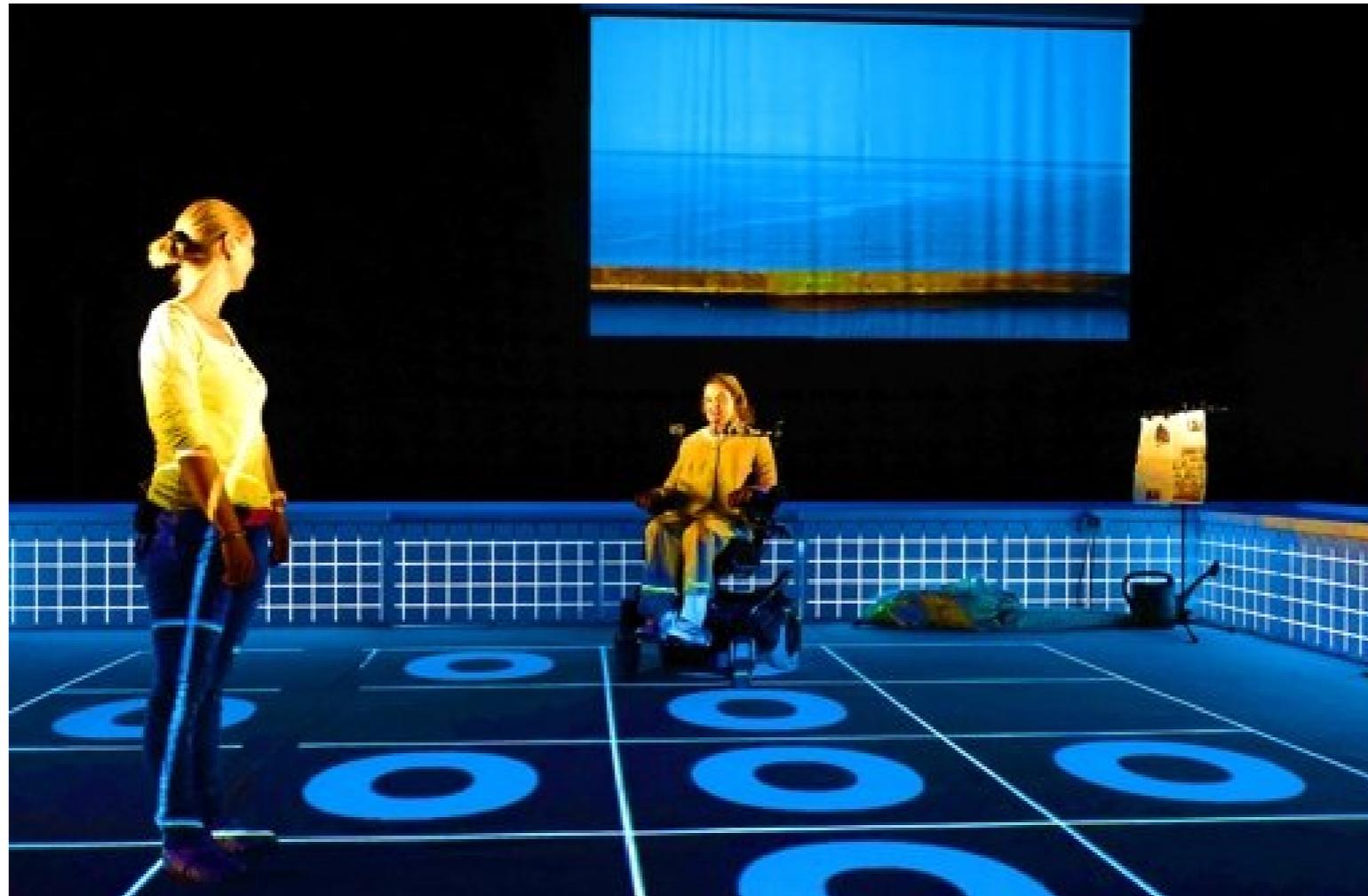
- **Emotionales Wohlbefinden:** Stimmt mich all das, was mir den ganzen Tag im Kopf herumgeht, eher positiv oder negativ?
- **Kognitive Bewertung der eigenen Lebensbedingungen:** Bin ich mit meinem Leben, so wie es ist, im Grossen und Ganzen zufrieden?
- **Vitalität:** Bin ich meistens gesund und sprühe förmlich vor Energie und Abenteuerlust?

- **Psychische Ressourcen:** Bin ich in der Regel gut drauf und überwinde Hindernisse mit Leichtigkeit?
- **Realisierung der individuellen Potentiale:** Führe ich ein erfülltes Leben, wird das, was ich tue, von anderen wertgeschätzt?
- **Soziales Wohlbefinden:** Fühle ich mich wohl im Kreise meiner Freunde, Bekannten und Familie? Fühle ich mich fair und respektvoll von ihnen behandelt?

# Ein schlechtes Leben?

Hunger, Folter, Armut,  
Krieg, Gewalt,  
Missbrauch,  
Krankheit, Verlassen-  
sein

# Rimini Protokoll



Maria-Cristina Hallwachs und das Feuilleton

# Psycho-biologische Forschung

- Wohlbefinden bei Patienten im Locked-in Syndrom (Andrea Kübler, Tübingen, Würzburg)
- Beobachtbare „Wohlbefindensreaktionen“ durch bildgebende Verfahren

# Zufriedenheitsparadox

## Disabilityparadox

- Beatmete Patienten fühlen sich „besser dran“ als andere.
- Schwere körperlich beeinträchtigte Patienten fühlen sich besser als weniger beeinträchtigte.
- Ausschlaggebend für Wohlbefinden ist der „social support“.

# Pädagogik setzt sich öffentlich ein

- Sicherstellung von Mindeststandards
- Ermöglichung von Diversitäten
- Irritations- und Angstabbau

# Pädagogik hilft, begleitet und sichert

- Der Genuss des Augenblickes
- Die Nähe
- Die Sicherheit
- Die Balance
- Die Freiheit

# Pädagogik schafft offene Räume

