

Menschen fachlich begleiten, die auch diese Fragen haben?

Sicher, dieses Handbuch enthält Texte, die manchmal Jahrhunderte alte Antworten auf heute wieder aktuelle Fragen auf wenigen Seiten sehr komprimiert zusammenzufassen versuchen. Es ist eben keine Einführung, die den/die Leserin behutsam vom Nicht-Wissen zum Wissen führt. Man muss sich von Querverweis zu Querverweis durcharbeiten. Und man hat „natürlich“ auch mit Positionierungen der einzelnen Autor/innen zu tun, die sich schon mal widersprechen. Neugier und selbstständiges Denken ist schon verlangt. Aber man erhält zu nahezu allen Fragen mindestens *eine* Antwort und weiterführende Literaturhinweise. So bietet dieses Handbuch zwar keine Patentrezepte. Es ist aber ein hervorragender Werkzeugkasten, der wichtiges Wissen und erprobte Denkwerkzeuge enthält, die weiterhelfen. Mehr kann man ernsthaft auch nicht verlangen.

Ferdinand Buer, Münster

Martin E.P. Seligman: Der Glücks-Faktor. Warum Optimisten länger leben. Bergisch Gladbach: Ehrenwirth 2003, 479 Seiten, 22,- €

Micha Brumlik: Bildung und Glück. Versuch einer Theorie der Tugenden. Berlin/Wien: Philo 2002, 317 Seiten, 24,90 €

Der Original-Titel von Seligmans Buch lautet: „Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment“. Es geht also darum, wie die Leserschaft die Erkenntnisse der „neuen positiven Psychologie“ nutzen kann, um ihr eigenes Potenzial für eine dauerhafte Erfüllung (ihres Lebens) auszuschöpfen. Und dieses Ziel, diese Utopie nennt Seligman: echtes Glück. Eben nicht „luck“, also nicht einen „Glücksfall“. Seligman will eben nicht zeigen, wie man „Glück haben“ kann, im Gegensatz zu „Pech haben“. Ihm geht es nicht darum, wie man durch geschicktes Ausnutzen von Vorteilen, durch „Schnäppchenjagd“ ein Glückspilz oder ein Winner oder ein Superstar wird. Ihm geht es mit der Wortwahl von „authentic happiness“ ausdrücklich um „Eudaimonia“,

wie die alten Griechen sagten, eben um „Glückseligkeit“ und was man dafür tun kann, wenn man ein solches Ziel überhaupt in Betracht zieht.

Und was macht der Ehrenwirth-Verlag daraus? Er verspricht mit dem deutschen Titel genau das, was nach Seligman unglücklich macht. Bekanntlich gehört Ehrenwirth zum Bastei Lübbe Konzern. Und da passt der Titel offensichtlich in die Konzern-Philosophie: Unsere Bücher sind Glückbringer! Wer sie kauft, hat das Glück gekauft! Ein solcher Titel schreckt natürlich viele nachdenkliche Menschen ab. Es könnte sein, dass eben diese Menschen dieses Buch wegen dieses Titels erst gar nicht aufschlagen. Das ärgert mich, da sich eine Lektüre durchaus lohnt. Wenn ich aber länger nachdenke, dann könnte dieser Titel dazu beitragen, dass viel mehr Menschen dieses Buch lesen, zumal es gut verständlich geschrieben ist, als bei einer zutreffenden Übersetzung des Originaltitels. Und das versöhnt mich mit diesem Fehlgriff des Verlags. Wenn durch eine Lektüre viele Glücksgläubige von ihrem kruden Glauben abgebracht werden können und zur Rückbesinnung auf tugendhaftes Verhalten kommen, umso besser. Und um Tugenden geht es in diesem Buch. Und da darf man schon von nachdenklichen Menschen verlangen, dass sie sich nicht von Titeln schocken lassen. Kritisches Hinterfragen von Titeln kann auch eine Tugend sein.

Aber nun zur Sache: *Seligman*, Jg. 1942, ist Professor für Psychologie an der University of Pennsylvania. Er ist in der deutschen Fachöffentlichkeit bekannt geworden durch seine Forschungen zur „erlernten Hilflosigkeit“. Schon diese andere Sichtweise depressiven Verhaltens zeigt ihn offen für eine neue Psychologie, deren Blick nicht mehr auf „schlimmste Erscheinungen im Leben“ fixiert ist, sondern sich mehr richtet auf das, „was ein Leben lebenswert macht“ (S. 415). So hat er sich mit *Mihaly Csikszentmihaly*, dem bekannten Glücksforscher, und anderen Professor/innen zusammengeschlossen, um eine Positive Psychologie zu entwickeln. Mit dieser Positiven Psychologie verbinden diese Forscher aber kein neues Paradigma. Sie wollen nur ihren Fokus verlagern. Die bewährten wissenschaftlichen Methoden, also die üblichen quantitativen, werden weiterhin genutzt, aber