

# Ist Glücklichkeit eine Entscheidung?

Warum die Sache mit dem Glücklichkeit wohl doch ganz nicht so einfach ist.

## INSITE-Talk für Mitarbeiter:innen, Führungskräfte, Funktionsträger:innen und Angehörige unserer Kundenunternehmen

„Schrei vor Glück“, die Glücksmarmelade im Regal und mehr als 100.000 Einträge zum Stichwort „Glück“ beim Onlinehändler amazon; in einer Globalen Datenbank sind sämtliche Glücksstudien versammelt<sup>1</sup>, und jährlich wird der World Happiness Index veröffentlicht. Das Glück ist überall.

Sicherlich lässt sich sagen, dass wir alle glücklich sein wollen. In jeder Kultur und zu jeder Zeit beschäftigten sich Menschen mit den Fragen, was Glück ist und wie man es erreichen kann - nicht erst seit heute. Doch was ist Glück überhaupt? Ist ein glückliches Leben möglich? Ist Glück eine Aneinanderreihung von Ereignissen, die für kurze Augenblicke glücklich machen, oder eine Lebenseinstellung, die beeinflusst werden kann? Und wenn ja, wie?

"Auf Dauer nimmt die Seele die Farbe der Gedanken an", wusste schon der römische Kaiser Marc Aurel. Zwar ist positiv denken und sich bewusst glücklich fühlen eine populäre Glücksformel, doch was sich so einfach liest, ist es oft nicht.

Mit unserer Expertin, der Psychologin und Psychotherapeutin Laura Kürbitz, wollen wir uns zu diesem spannenden Thema austauschen, was wir für unser Glück tun können und wie wir das Glück in unser Leben einladen können.

Unsere Expertin:



**Laura Kürbitz**  
M. Sc. - Psychologin  
Psychologische Psychotherapeutin  
EAP-Beraterin




Fragen an unsere Expertin und ein Austausch mit den anderen Teilnehmer:innen über den Chat (anonym möglich) sind willkommen!

**Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!**

---

<sup>1</sup> <https://worlddatabaseofhappiness.eur.nl/>

## Eckdaten zum Live-Talk:

<b>Technische Voraussetzungen</b>	Einwahl über einen Laptop oder über das Handy mit Lautsprecherfunktion (ggf. Kopfhörer) - alternativ Audioeinwahl über Telefon
 <b>Ablauf</b>	Dauer: 60 Minuten Maximal 1000 Teilnehmer:innen Zoom-Webinar mit vorheriger Registrierung
<b>Kosten</b>	Kostenfrei
<b>Anmeldung</b>	<p>Bitte melden Sie sich über den folgenden Link an:</p> <p><b>Donnerstag, 09.03.2023, Start: 16:00 Uhr</b>  <a href="#">hier anmelden</a></p>  <p><b>Dienstag, 21.03.2023, Start: 11:00 Uhr</b>  <a href="#">hier anmelden</a></p>  <p>Nach erfolgreicher Registrierung erhalten Sie Ihren individuellen Anmelde-link per E-Mail.</p> <p>Eine anonyme Teilnahme ist möglich (siehe FAQs).          Wir möchten Sie im Rahmen der Nutzung von Zoom als Videotool darüber informieren, dass Ihre angegebenen Daten (Name, Emailadresse) an einen Drittstaat übermittelt wird, da Zoom ein amerikanisches Unternehmen ist (wie Microsoft, Outlook, GMX, Google, Apple etc.). Zu Marketingzwecken wird dieses Video aufgezeichnet.</p>

## Organisatorisches und FAQs zum INSITE-Talk

- **Ich habe kein Konto bei Zoom. Kann ich trotzdem teilnehmen?**

Ja, nachdem Sie sich für den Live-Talk angemeldet haben bekommen Sie von uns per Mail einen Teilnahmelink. Sie können über Ihren Browser teilnehmen. Ein Download der Zoom-App ist nicht erforderlich, liefert ggf. aber ein stabileres Nutzungserleben.

- **Gibt es eine Browser-Empfehlung für die Nutzung von Zoom?**

Chrome, Safari, IE/Edge, Firefox

- **Findet eine Video- und Audioübertragung von mir statt?**

Sie können grundsätzlich selber entscheiden, ob Sie Ihre Kamera und/oder Ihr Mikrofon aktivieren. Auf Wunsch können Sie stiller Teilnehmer sein. Je nach Format und Teilnehmeranzahl wird der Host zu Beginn eine kurze technische Einleitung machen und Sie ggf. stummschalten und/oder bitten, Ihr Video zu (de)aktivieren.

- **Ich möchte nicht, dass mein Name erscheint. Ist dies möglich?**

Sie können sich bei der Registrierung ein Pseudonym geben. Wichtig ist nur die Angabe Ihrer korrekten E-Mail-Adresse, damit wir Ihnen den Teilnehmerlink zusenden können.

- **Wie gestalten sich Sicherheit und Datenschutz bei Zoom?**

Aufgrund der stark gestiegenen Nachfrage der Zoom Online Meetings hat Zoom in Sachen Sicherheit aufgerüstet. Der Serverstandort unserer Lizenz befindet sich in Europa und entspricht somit den europäischen Datenschutzstandards. Darüber hinaus können Sie als Teilnehmer nur unter Angabe eines Passwortes am Online Meeting teilnehmen, welches Sie nach Ihrer Anmeldung an Ihre persönliche E-Mail-Adresse gesendet bekommen. Jeder Teilnehmer wird vom Host des Meetings einzeln aus dem Warteraum eingelassen. So können wir sicherstellen, dass nur angemeldete Teilnehmer in den virtuellen Raum gelangen.

- **Ist eine Teilnahme per Telefon möglich?**

Ja, zusammen mit dem Link, werden telefonische Einwahldaten an die Teilnehmer gesendet. Diese Option ist nur erforderlich, wenn Ihr mobiles Endgerät keinen Audiokanal hat.

- **Wann soll ich mich einloggen?**

Am besten wenige Minuten vor dem offiziellen Startzeitpunkt. Sie warten in einem virtuellen Warteraum, bis der Host Sie eintreten lässt.