

SozialAktuell

www.sozialaktuell.ch

Die Fachzeitschrift für Soziale Arbeit

Lebensqualität

Vorstellungen vom guten Leben

Eltern mit kognitiver Beeinträchtigung
Hilfestellungen und Beratung – von Kinderwunsch bis Erziehung

Das Persönliche ist das Politische
Monika Stocker im Porträt



Impressum

Herausgeber und Verlag



Berufsverband Soziale Arbeit Schweiz
Association professionnelle suisse du travail social
Associazione professionale lavoro sociale Svizzera
Associazion professunala svizra da la lavur sociala

SozialAktuell ist die Fachzeitschrift des Berufsverbandes AvenirSocial.

Geschäftsstelle AvenirSocial

Schwarztorstrasse 22, 3001 Bern
Telefon 031 380 83 00, Fax 031 380 83 01
E-Mail: info@avenirsocial.ch
Internet: www.avenirsocial.ch

Erscheinungsweise: monatlich mit Inseratenteil
(11 x jährlich). ISSN-Nummer 1422-8432

Auflage: 5500 Exemplare

Jahresabonnemente: Schweiz CHF 135.–,
Ausland CHF 149.–, Einzelnummer CHF 15.–
Bestellungen:
E-Mail: abo@sozialaktuell.ch
Internet: www.sozialaktuell.ch
Telefon 031 380 83 00, Fax 031 380 83 01

Inserateannahme: Stämpfli AG
Wölflistrasse 1, Postfach, 3001 Bern
Telefon 031 300 63 88, Fax 031 300 63 90
E-Mail: inserate@staempfli.com
Internet: www.staempfli.com/zeitschriften

Inserateschluss Ausgabe 6/2019:
10. Mai 2019
(textanschliessende Inserate am 1. Mai 2019)

Redaktion: SozialAktuell
Schwarztorstrasse 22, 3001 Bern
Tel. 031 380 83 07, Fax 031 380 83 01
E-Mail: redaktion@sozialaktuell.ch
Ursula Binggeli
E-Mail: u.binggeli@sozialaktuell.ch
Samuel Kaiser
E-Mail: s.kaiser@sozialaktuell.ch

Fachgruppe Redaktion:
Armin Eberli: armin.eberli@agogis.ch
Benjamin Shuler: beni_shuler@yahoo.com
Christoph Mattes: christoph.mattes@fhnw.ch
Ursula Christen: ursula.christen@hevs.ch
Claudia Grebenarov:
claudia_grebenarov@yahoo.com
Martina Buchli: martinabuchli@live.de
Nina Hatsikas-Schroeder:
nina.hatsikasschroeder@fhnw.ch
Tina Balmer: tibalmer@bluemail.ch
Simon Steger: simon.steger@bfh.ch

Gesamtherstellung: Stämpfli AG
Wölflistrasse 1, Postfach, 3001 Bern

Copyright: AvenirSocial
Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion.
Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte
übernimmt die Redaktion keine Verantwortung.
51. Jahrgang
Nr. 5, Mai 2019

Titelbild

Luc-François Georgi



www.sozialaktuell.ch

AKTUELL

- 4 **Kurzmeldungen**
- 7 **Kinderwunsch bei kognitiver Beeinträchtigung**
Charlotte Spindler

SCHWERPUNKT

Lebensqualität

- 10 **Das gute Leben – eine Debatte**
Gespräch mit Kai Schudel und André Zdunek
- 14 **Kolumne: von aussen betrachtet**
Simon Chen
- 15 **Kauf dir was, dann bist du wer – ein Erfahrungsbericht**
Silvia Wanzenried
- 16 **Selbsthilfe: Austausch zwischen ErfahrungsexpertInnen**
Ursula Morel
- 17 **Komfortzone Schweiz**
Lisa Christ
- 18 **Lebensqualität im Strafvollzug**
Sophie Zwahlen
- 20 **Sexuell gesund und glücklich**
Katrin Lukas
- 24 **Leben im Hochhausblock**
Eveline Althaus
- 27 **Das Wohlbefinden von Kindern in Tagesschulen**
Andrea Scholian, Emanuela Chiapparini, Patricia Schuler und Christa Kappler
- 30 **Gestresst und ausgebrannt: zur Arbeitsbelastung von Sozialarbeitenden**
Andrea Eggli und Diana Romano Pereira

PORTRÄT

- 32 **Monika Stocker: «Aktiv sein gibt Energie»**
Ursula Binggeli

PLATTFORM

- 34 **Coaching von Jugendlichen**
Thomas Furrer
- 36 **Berufseinstieg nach einem Studium**
Céline Djangu Mulamba und Markus Härtsch
- 38 **Neues aus dem Recht**
Ursula Christen und Stefanie Kurt

KIOSK

- 39 **Bücher, Filme**
- 39 **Sharing Economy: Teilen und Teilhaben**

AVENIRSOCIAL

- 41 **Frauenstreik: Für eine feministische Soziale Arbeit!**
Annina Grob und Véréna Keller
- 42 **Verbandsnachrichten**

INSERATE

- 44 **Offene Stellen, Aus- und Weiterbildung**

Die Fachzeitschrift SozialAktuell versteht sich als Forumszeitschrift, in der unterschiedliche Meinungen vertreten werden können. Deshalb interessiert uns auch Ihre Meinung!
Bitte senden Sie Lob, Kritik, Anregungen und Kommentare an redaktion@sozialaktuell.ch.

Vom guten Leben

Was heisst hier Lebensqualität? Ein Gespräch über grosse Fragen.

Interview: Simon Steger und Martina Buchli Bilder Schwerpunkt: Luc-François Georgi

Wohlbefinden hat verschiedene Dimensionen – eine soziale, denn die Möglichkeiten der Selbstverwirklichung sind ungleich verteilt, und eine psychologische, denn ob man sich glücklich fühlen kann oder nicht, hat unter anderem auch mit den Erwartungen zu tun, die man persönlich ans Leben stellt. SozialAktuell befragte zwei Fachleute, die sich mit Wohlbefinden und Glück aus sozialwissenschaftlicher und philosophischer Sicht auseinandersetzen.

SozialAktuell: Herr Schudel und Herr Zdunek, wie zufrieden sind Sie gegenwärtig – alles in allem – mit Ihrem Leben?

Schudel: Als Glücksforscher muss man nicht zufrieden sein ... (schmunzelt). Ich bin am Schreiben meiner Dissertation, entsprechend bin ich mittelmässig zufrieden. Ich habe Zeitdruck. Aber ich bin vor einem Jahr Vater gewor-

den. Das hat meine Zufriedenheit angekurbelt, obwohl ich statistisch nach der ersten Geburt eine Glücksreduktion erleben sollte.

Zdunek: Gestern hatte ich einen runden Geburtstag. Ich habe ihn nicht wirklich dafür genutzt, mein Leben Revue passieren zu lassen. Aber eigentlich bin ich sehr, sehr zufrieden mit meinem Weg und den Möglichkeiten, die ich habe, beruflich und privat. Viel Freiheit, viel Spannendes, und irgendwie geht es immer weiter. Es ist für mich ein Element von Lebensqualität, wenn man in die Zukunft blicken kann und sieht, wie man sich persönlich und beruflich entwickelt.

Der Nobelpreisträger Amartya Sen schreibt in «Ökonomie für den Menschen»: «Verantwortliche Erwachsene müssen für ihr eigenes Wohlbefinden sorgen; es ist an ihnen selbst, zu entscheiden, wie sie ihre Verwirklichungschancen nutzen wollen.



Doch die Verwirklichungschancen, die jemand tatsächlich hat (...), hängen von der Beschaffenheit der sozialen Umstände ab.» Hand aufs Herz: Welche Dimension ist aus Ihrer Sicht bedeutsamer dafür, wie wir in der Schweiz unser Leben führen?

Zdunek: Bedeutsamer finde ich die soziale Dimension. Für Staatsbürger ist es zentral, dass für Ermöglichungs- und Verwirklichungsbedingungen gesorgt wird und diese auch als politisches Thema in den Blick genommen und verfolgt werden. Bei der Verantwortung für die Lebensgestaltung halte ich mich eher zurück. Das führt rasch in Richtung Paternalismus, wie man ein gutes Leben zu führen habe. Grundlegender sind die sozialen Bedingungen, also, was für den einzelnen Menschen zugänglich und möglich ist.

Schudel: Es ist gut, dass wir die Diskussion auf die Schweiz eingrenzen, dann kann man annehmen, dass gewisse Lebensbedingungen gegeben sind. Ich finde bei Amartya Sen oder auch Martha Nussbaum² [eine US-amerikanische Philosophin; Anm. d. R.] interessant, dass sie beide betonen, dass es «capabilities» brauche, also Verwirklichungschancen. Nun, in der Sozialen Arbeit anerkennen das zwar alle, aber in der Praxis orientiert man sich eigentlich selten an Chancen, sondern am einzelnen Menschen und an seiner Lebensführung. Auch in der Forschung befinde ich mich in diesem Widerspruch. Ich forsche am Glück. Mich interessiert, was die Leute empfinden. Aber das ist eine heikle Sache. Das kann rasch zynisch werden, denn man kann glücklich sein unter schlechten Bedingungen; weil man einfach seine Ansprüche senkt. In der Sozialen Arbeit müssen sich die meisten Professionellen mit diesem Problem auseinandersetzen. In der Praxis ist es schwer, die sozialen Bedingungen wirklich und rasch zu ändern. Es ist viel einfacher, mit dem einzelnen Menschen zu arbeiten. Und da ist für mich die relevante Frage, ob gewisse gesellschaftliche Verwirklichungschancen aus dem Blick geraten.

Zdunek: Sozialarbeitende haben meines Erachtens durchaus beides im Blick: Die gesellschaftlichen Möglichkeiten und Grenzen sowie das verantwortliche Individuum. Im Sinne der unmittelbaren Wirksamkeit arbeiten sie mit Individuen, aber gleichzeitig sind sich Sozialarbeitende heute sehr bewusst, dass die Möglichkeiten eines Menschen von seinen sozialen Bedingungen abhängen. Ich finde sogar, dass sie es manchmal zu sehr den sozialen Umständen zuschreiben, wenn etwas im Leben der Klientinnen und Klienten schwierig ist.

Sie sagen, dass Sozialarbeitende oft die individuelle Dimension von Lebensqualität bearbeiten. Da fragt sich, wo die Intervention auf struktureller Ebene bleibt. Hat die Soziale Arbeit einen politischen Auftrag?

Zdunek: Absolut, die Soziale Arbeit hat einen politischen Auftrag. Aber ich mahne an, hier bescheiden zu bleiben und sich nicht zu viel aufzubürden. Denn eigentlich ist es die Aufgabe der Gesamtgesellschaft. Letztlich muss die Mehrheit der Bevölkerung bestimmen, welche sozialen Bedingungen bestehen, und es ist Aufgabe der Gesellschaft, im demokratischen Prozess zu bestimmen, welche Rechtsansprüche bestehen oder welche nicht. Aufgrund ihrer Expertise können Sozialarbeitende jedoch auf soziale Probleme hinweisen, im Sinne der Sensibilisierung und Aufklärung.

Schudel: Natürlich ist es am Schluss eine gesellschaftliche Frage. Aber das löst das Grundsatzproblem nicht: Was ma-

Zum Thema



Simon Steger,

Prof. Dr. phil., ist Dozent an der Berner Fachhochschule für Soziale Arbeit und Mitglied der Redaktionsgruppe von SozialAktuell.



Martina Buchli

ist Sozialpädagogin FH und Master of Arts in Sozialer Arbeit. Sie ist als Fachmitarbeiterin Prävention bei der Stiftung Berner Gesundheit für Gesundheitsförderung und Suchtfragen tätig.

Was ist eigentlich Lebensqualität? Bei der Lebensqualität nimmt der Mensch sich selbst in den Fokus. Als die Selbstwahrnehmung seiner Stellung im Leben, im Kontext der Kultur und des Wertesystems, in welchem er lebt, und in Relation zu seinen Zielen, Erwartungen, Standards und Sorgen. So definiert es die Weltgesundheitsorganisation (WHO). Eine etwas sperrige Definition. Ein Kalenderspruch besagt: «Man soll dem Leben nicht mehr Tage geben, aber den Tagen mehr Leben.» Ein Zuspruch zu mehr Qualität statt Quantität im Leben. Was bedeutet also dieser weit abgesteckte Begriff der Lebensqualität? Wie findet er in der Sozialen Arbeit Eingang?

Als Einstieg in diesen Schwerpunkt gehen Kai Schudel und André Zdunek in ihrer Diskussion der Frage nach, was Lebensqualität mit Glück zu tun hat und wo in diesem Zusammenhang die sozialwissenschaftlichen, philosophischen und professionellen Bezüge zu verorten sind. Aufgegriffen werden bereits hier die Themen der darauf folgenden Beiträge. Für viele ist das Wohnen ein bedeutender Aspekt der Lebensqualität: das Haus im Grünen, die moderne Stadtwohnung. Aber wie steht es um die Lebensqualität von Menschen, welche in einer Hochhausiedlung aufwachsen?

Auch die Vereinbarkeit von Familie und Beruf hat Einfluss auf die Lebensqualität. Betreuungseinrichtungen wie die Tagesschule spielen dabei eine zunehmend bedeutende Rolle. Wie beurteilen die Kinder ihren Aufenthalt in der Tagesschule?

Auch sexuelle Gesundheit leistet einen entscheidenden Beitrag zu Lebensqualität. Exemplarisch zeigt Katrin Lukas auf, welche Rolle der Sozialen Arbeit hierbei zukommt.

Wie vielschichtig das Thema ist, zeigt sich beim Beitrag von Sophie Zwahlen und beim Erfahrungsbericht mit Silvia Wanzenried. Sie nehmen sich der Themen Lebensqualität im Strafvollzug und des schwierigen Verhältnisses von Kaufsucht und Lebensqualität an. Lisa Christ nimmt Sie schliesslich mit auf eine Reise mit dem Rucksack und stellt sich die Frage, ob Lebensqualität vielleicht einfach bedeutet, zufrieden zu sein mit dem, was man hat. Mit dieser Frage entlassen wir Sie in dieses Heft und wünschen Ihnen eine spannende Auseinandersetzung.

che ich, wenn ich als Sozialarbeiter eigentlich zwei Aufträge habe? Bin ich anwaltschaftlich für die Klientin, den Klienten tätig oder für den Staat? Man muss sich ständig damit auseinandersetzen, was man eigentlich macht. Darum kommt man nicht herum. Ich befürchte, wenn man diese Auseinandersetzung in der Praxis nicht führt, widerspiegelt sich das in einer Entpolitisierung der Sozialen Arbeit.

Lassen Sie uns ein paar Beispiele aus dem aktuellen Heft erörtern: Sophie Zwahlen etwa schreibt über die Zweischneidigkeit der Sozialen Arbeit im Strafvollzug (siehe Seite 18). Wir fragen

grundsätzlich: Kann jemand, der im Gefängnis sitzt, glücklich sein?

Zdunek: Nein. Natürlich kommt es darauf an, was wir unter Glück verstehen. Doch ich denke, eine Freiheitseinschränkung ist so fundamental, dass sie das Wohlbefinden nachhaltig beeinträchtigt. Wenn ich ein Verständnis von Glück habe im Sinne eines guten, gelingenden Lebens, stelle ich bei einer Inhaftierung einen starken Eingriff in die Biografie fest, der diese stört und ihre Entwicklung hemmt. Ein Leben oder Lebensabschnitt im Gefängnis ist gewiss nichts, was zu einem guten Leben gehört. Klar kann man versuchen, psychologisch mit einer solchen Situation umzugehen. Es kommt darauf an, wie die Umstände sind, wie lange eine Haft dauert. Man kann Resilienz entwickeln, etwas ertragen, vielleicht auch gewisse Glücksmomente erleben.

Schudel: Ich bin völlig d'accord. Ich forsche am Glück und definiere es als eine subjektive Bewertung des Lebens. Ich überlasse es also den Befragten, ihr Glück zu beurteilen. Es wäre paternalistisch, zu sagen, du bist glücklich, wenn du

dieses und jenes kannst. Und gleichzeitig ist es aber knifflig, weil es bis zu einem gewissen Grad relativ ist, wie glücklich man sich fühlt. Im Gefängnis sind fundamentale Grundbedürfnisse nicht befriedigt. Deshalb will ich mich nicht auf eine zynische Behauptung herauswagen, dass man im Gefängnis glücklich sein kann.

Die Initiatin einer Selbsthilfegruppe für Kaufsucht schildert in ihrem Beitrag (siehe Seite 15) eindrücklich, wie sie sich jeweils etwas Gutes tat, indem sie paketweise Dinge übers Internet bestellte. Die Forschung zeigt allerdings, dass Kaufsucht mit einer überzufällig schlechteren Lebensqualität einhergeht. Gibt es einen Unterschied zwischen kurz- und langfristigem Wohlbefinden?

Schudel: Das Beispiel ist speziell, weil der Begriff Sucht meist mit Leidensdruck oder einer nicht normativen Verhaltensweise einhergeht. Aber mal grundsätzlich: Die Flow-Theorie nach Csikszentmihalyi³ erklärt, dass es Dinge gibt, mit denen man kurzfristig Spass oder Freude erreichen kann. Und es gibt andere Aktivitäten, die im Moment nicht unbedingt befriedigend sein müssen, aber mittel- oder längerfristig schon, weil sie uns zur Selbstaktualisierung oder -verwirklichung dienen. Natürlich gibt einem das Kaufen im Moment ein schönes Gefühl. Aber an der Selbstverwirklichung wird das wahrscheinlich nicht sehr viel ändern.

Welche Rolle spielt eigentlich Konsum für unsere Lebensqualität?

Schudel: Es gibt den beobachtbaren Trend, dass man seine Konsumansprüche nach oben schraubt, sodass sie nicht mehr dem eigenen Lebensstandard entsprechen. Wir orientieren uns nach oben, weil wir am Reichtum anderer sehen, dass ein höherer Lebensstandard möglich wäre. Leider ist der materielle Lebensbereich jener Bereich, in dem die Diskrepanz am grössten ist zwischen dem, was man hat, und dem, was man will. Und es ist auch jener Bereich, bei dem man entsprechend statistisch am unglücklichsten ist. Es ist also nicht sehr funktional, sich auf diesen Bereich zu konzentrieren, um ein gutes Leben zu führen. Ausser man kann ihn nutzen, um ambitioniert zu sein.

Geld macht also nicht glücklich?

Schudel: Wenn man wenig hat, macht Geld schon glücklich. Anders gesagt: Wenn man arm ist, ist der Franken

Zu den Personen

Kai Schudel

forscht am Institut für Erziehungswissenschaften der Universität Zürich zu Glück und Zufriedenheit über die Lebensspanne. Früher arbeitete er während 15 Jahren in der soziokulturellen Animation.



André Zdunek,

Dr., ist Dozent am Departement Soziale Arbeit der Berner Fachhochschule. Er lehrt und forscht in den Bereichen Philosophie, Ethik, Berufsethik und Wissenschaftstheorie.





mehr wert, als wenn man reich ist. Das darf man nie ausser Acht lassen. Aber ab einem gewissen Lebensstandard ist Geld nicht mehr so wichtig.

Katrin Lukas plädiert in diesem Heft dafür, sexuelle Gesundheit als einen Aspekt von Lebensqualität in der Sozialen Arbeit aufzugreifen (siehe Seite 20). Wir behaupten: Das Thema ist unbestritten bedeutsam, aber vielen Fachpersonen unangenehm. Wie können Sozialarbeitende die Lebensqualität von Menschen in jenen Bereichen fördern, die gesellschaftliche Tabus berühren?

Zdunek: Es ist erstmal wichtig, festzustellen, dass es sich um Tabus handelt und man sich im Umgang mit einem Tabu vielleicht nicht rollenadäquat verhält. Dabei gilt es wahrzunehmen, dass es dabei auch Grenzen geben kann, die nicht so einfach zu überwinden sind, weil es um Dinge geht, die eher im Privaten thematisiert werden oder nur, wenn ein bestimmtes Verhältnis zu einer Person vorhanden ist. In einem zweiten Schritt ist zu überlegen, wie solche Themen, die wichtig für die Lebensqualität sind, durch Professionelle angesprochen und bearbeitet werden kön-

Zu den Bildern

Schön wohnen

Lebensqualität gerinnt in unserer Gesellschaft manchmal zu Lifestyle. Die Werbung suggeriert, dass ein gutes Leben dank Konsumgütern noch viel besser werden kann, auch in den eigenen vier Wänden. Für einen neuen Esstisch, einen coolen Sessel geben viele gerne Geld aus – sofern sie darüber verfügen. In Wohnungseinrichtungen widerspiegeln sich nicht nur Geschmack und Lebensstil der Bewohnerinnen und Bewohner, sondern auch die soziale Schicht, der sie angehören.

Es mag paradox wirken, wenn Fotograf Luc-François Georgi auf der Suche nach dem grossen Versprechen namens Lebensqualität in die Traumfabrik «Schön wohnen» eintaucht und dafür den Showroom und eine der Werkstätten der im Kanton Zürich beheimateten Möbelfirma Reseda besucht. Welche Bilder lassen sich da finden?

Vielleicht Impressionen zum Thema Schein und Sein. Sind Möbelstücke leere Objekte, die erst von unseren Erwartungen und Vorstellungen belebt werden? Oder besitzt jedes der im Ausstellungsraum inszenierten Objekte ein Eigenleben, weil es die Qualität des Herstellungsprozesses und der Arbeitsbedingungen seiner Herstellerinnen und Hersteller in sich trägt? Machen Sie sich selbst ein Bild: Wir laden Sie in dieser Ausgabe ein zum Bummel durch die Traumfabrik.

Die Redaktion

nen. Hier ist professionelles Handeln gefragt, für welches Professionelle auch entsprechende Kompetenzen haben.

Schudel: Wenn ich als Fachperson merke, ich schäme mich, es ist mir unangenehm, dann muss ich an mir arbeiten, weil Scham mein professionelles Verhältnis beeinflusst. Im besten Fall kann ich persönlich davon profitieren, wenn ich mich damit befasse. Und dann würde ich sagen, dass das Thema zu normalisieren ist. Sex ist etwas Wichtiges, das lässt sich auch empirisch zeigen. Eine US-amerikanische Studie zeigt, dass Sex die effektivste Tagesaktivität ist, um glücklich zu sein. Der Glücksanstieg, wenn man statt einmal im Monat wöchentlich Sex hat, ist so hoch wie eine Jahreslohnerhöhung von 50 000 US-Dollar.⁴

Sex macht die Menschen also im Unterschied zu Geld glücklich?

Schudel: Statistisch gesehen Ja – sowohl die Quantität als auch die Qualität. Es gibt wirklich gute Gründe, sexuelle Gesundheit als Ressource aufzugreifen. Hier kann die Soziale Arbeit über sexuelle Bildung ansetzen. Die Altersforschung zeigt beispielsweise, dass die sexuelle Aktivität im Alter abnimmt. Aber die sexuelle Zufriedenheit bleibt für das Wohlbefinden äusserst bedeutsam, auch für Menschen über 75.⁵ Andere Lebensbereiche sind schwieriger zu kontrollieren, wenn man älter wird. Aber Sexualität hat mit dem eigenen Körper zu tun, und es gibt einfache Wege, sie zu fördern.

Sie setzen sich aus sozialwissenschaftlicher und philosophischer Sicht mit Wohlergehen und Glück auseinander: Was raten Sie Sozialarbeitenden, wie sie ein «gutes» Arbeitsleben führen können?

Schudel: Mit Kolleginnen und Kollegen einen guten Austausch zu pflegen. Je nach Individuum und Arbeitssituation ist es wichtig, sich zu vernetzen, einen Ort zu haben, wo man über Problemlagen diskutieren kann; etwa wenn man bei konkreten Fällen ansteht. Und ich finde, man



sollte gewerkschaftlich für gute Arbeitsbedingungen einstehen.

Zdunek: Aus der Position als Sozialarbeitende im Doppel- bzw. Tripelmandat den Impetus und Willen haben, Menschen zu unterstützen, dass diese ein besseres Leben führen können. Aber auch die Grenzen zu erkennen oder den richtigen Ort zu adressieren, wo die Verantwortung liegt. Damit man sich nicht ohnmächtig fühlt und in seinem professionellen Handeln gelähmt wird.

Herzlichen Dank für das Gespräch. |

Literatur

Csikszentmihalyi, M. (2017). Flow: das Geheimnis des Glücks (2. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.

Nussbaum, M. C. (2014). Die Grenzen der Gerechtigkeit – Behinderung, Nationalität und Spezieszugehörigkeit. Berlin: Suhrkamp.

Sen, Amartya (2011). Ökonomie für den Menschen: Wege zu Gerechtigkeit und Solidarität in der Marktwirtschaft (5. Aufl.). München: dtv.

Fussnoten

- 1 Sen, Amartya (2011). Ökonomie für den Menschen: Wege zu Gerechtigkeit und Solidarität in der Marktwirtschaft (5. Aufl.). München: dtv.
- 2 Nussbaum, M. C. (2014). Die Grenzen der Gerechtigkeit – Behinderung, Nationalität und Spezieszugehörigkeit. Berlin: Suhrkamp.
- 3 Csikszentmihalyi, M. (2017). Flow: das Geheimnis des Glücks (2. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- 4 Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2004). Money, Sex and Happiness: An Empirical Study. *Scandinavian Journal of Economics*, 106, (3), 393–415. doi: 10.1111/j.0347-0520.2004.00369.x Und: Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D. A., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2004). A survey method for characterizing daily life experience: the day reconstruction method. *Science (New York, N.Y.)*, 306 (5702), 1776–1780. doi: 10.1126/science.1103572
- 5 Laumann, E. O., Paik, A., Glasser, D. B., Kang, J.-H., Wang, T., Levinson, B., et al. (2006). A cross-national study of subjective sexual well-being among older women and men: findings from the Global Study of Sexual Attitudes and Behaviors. *Archives of sexual behavior*, 35 (2), 145–161. doi: 10.1007/s10508-005-9005-3

Von aussen betrachtet

SozialAktueller Dialog von

Simon Chen,
Autor und Kabarettist



Alles, von A bis Z, ist relativ

LP befragt SuS

LP: Was ist für euch Lebensqualität, was macht euch glücklich?

Alessia: Meine Freundinnen.

Ben: Ausschlafen können.

Celine: Mehr Sackgeld.

Dilara: Mein Lieblingsessen.

UMA: Dass ich satt bin.

Emily: Mein Hund Foxi.

Frida: Gute Noten.

Göran: Wenn ich ein Goal geschossen habe.

Henri: Ein neuer Rekord bei Fortnite.

UMA: Dass ich in Sicherheit bin.

Inoa: Geile Musik.

Janice: Mein iPhone.

Kolya: Abtanzen.

Lavdrim: Schönes Wetter.

Mia: Wenn wir keine Aufgaben haben.

UMA: Nicht müssen Angst haben.

Naci: Ein volles Guthaben auf dem Handy.

Ole: Viele Likes.

Paula: Wenn ich jemandem helfen kann.

Quemars: Das Gefühl auf der Achterbahnfahrt.

UMA: Wo ich habe überlebt Fahrt über Mittelmeer.

Reza: Als ich meinen Gips abnehmen konnte.

Sofie: Küssen.

Thambipillai: Ein schöner Traum.

Ursin: Ferien im Süden.

UMA: In Schweiz sein.

Valentina: Geburtstag feiern.

Wotan: Silvester!

Xhenet: Feiertage!

Yvonne: Freitagnachmittag!

Zeno: Frei haben!

UMA: Frei sein.

www.simonchen.ch