

Die Thematisierung von Lebenskunst in der Psychologie - eine historisch-psychologische Analyse: Themenschwerpunkt: Historische Psychologie

Klotter, Christoph

Veröffentlichungsversion / Published Version

Zeitschriftenartikel / journal article

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Klotter, C. (2000). Die Thematisierung von Lebenskunst in der Psychologie - eine historisch-psychologische Analyse: Themenschwerpunkt: Historische Psychologie. *Journal für Psychologie*, 8(2), 50-62. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-40216>

Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY-NC-ND Lizenz (Namensnennung-Nicht-kommerziell-Keine Bearbeitung) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>

Terms of use:

This document is made available under a CC BY-NC-ND Licence (Attribution-Non Commercial-NoDerivatives). For more information see:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0>

Die Thematisierung von Lebenskunst in der Psychologie - eine historisch-psychologische Analyse¹

Christoph Klotter

Zusammenfassung

Im vorliegenden Beitrag wird zunächst eine *Definition* von Lebenskunst gegeben, dann wird nach der *Aktualität* des Themas Lebenskunst gefragt. Wie die Psychologie sich mit einer halbierten Lebenskunst, nämlich mit dem *Wohlbefinden*, befaßt, und dabei die *Ethik* als zweite zentrale Fundierung der Lebenskunst vernachlässigt, wird im weiteren eruiert. Aufgrund dieser Halbierung verfehlt die Psychologie unausweichlich eine angemessene Befassung mit der Lebenskunst. Der Anspruch der Psychologie, *Mittel* zur Steigerung des Wohlbefindens zur Verfügung stellen zu können, wird am Beispiel der Gesundheitspsychologie kritisch überprüft. *Warum* sich die Psychologie überhaupt mit einer halbierten Lebenskunst beschäftigt, ohne dies für sich zu reflektieren, wird historisch analysiert. In einem kursorischen historischen Überblick wird die heutige psychologische Auffassung von Lebenskunst mit Konzepten zur Lebenskunst aus der *Geschichte des Abendlandes* konfrontiert. Mit Hilfe dieser Konfrontation wird u.a. ersichtlich, daß die von der Psychologie hinsichtlich der Lebenskunst ausgeschlossenen Fragen von mehreren *philosophischen Richtungen* im 20. Jahrhundert quasi arbeitsteilig in den Vordergrund gerückt worden sind. Abschließend wird bezüglich der Lebenskunst eine Reintegration von Wohlbefinden und Ethik vorgeschlagen.

INHALTSÜBERSICHT

Was ist Lebenskunst? Die klassische Bestimmung von Lebenskunst, die noch in den Zeiten Kants die gültige ist, geht auf Platon zurück. Platons Dialoge durchzieht eine entscheidende Frage, wie das menschliche Leben schön (kalos) und gut (agathos) zu gestalten ist. Lebenskunst wäre in dieser Bestimmung auch eine

Frage einer expliziten Ethik. Erst in der Moderne reduziert sich Lebenskunst überwiegend auf das schöne und angenehme Leben.

Woher rührt das aktuelle Interesse an der Lebenskunst? Warum hat in den letzten Jahren Lebenskunst als Thema eine Renaissance erfahren hat? Wilhelm Schmid (1998) gibt hierfür als entscheidenden Grund an, daß mit dem Ende der politischen Utopien eine Rückbesinnung auf die Frage stattgefunden hat, wie das aktuelle (und nicht das zukünftige) Leben schöner und besser zu gestalten sei. Die Lebenskunst ersetzt so die politische Utopie.

Die Psychologie wird bekanntermaßen dominiert vom variablenpsychologischen Ansatz. Dieser verbietet im Grunde die Beschäftigung mit Lebenskunst, da sich die Lebenskunst als sehr komplexes Thema eigentlich einem variablenpsychologischen Zugang entzieht. Dennoch gibt es eine Beschäftigung der vorherrschenden Psychologie mit der Lebenskunst, indem die Lebenskunst einerseits auf menschliches Wohlbefinden verkürzt wird, indem andererseits die halbierte, auf das Wohlbefinden reduzierte Lebenskunst in Lebensbereiche und Faktoren gegliedert wird, die dann operationalisiert und untersucht werden. So gibt es dann z. B. psychologische Forschung zur angemessenen Streßbewältigung, zu sozialen Ressourcen oder zur unternehmerischen Organisationsentwicklung. Die Ergebnisse dieser Forschungsansätze sollen auch (und vielfach letztlich) dazu dienen, das menschliche Wohlbefinden zu steigern. Da aus heutiger psychologischer Perspektive Wohlbefinden und Lebenskunst nahezu synonyme Begriffe sind, läßt sich dementsprechend mit einem gewissen Recht

die Aussage treffen, daß sich die Psychologie mit Lebenskunst befaßt.

Die Beschäftigung der Psychologie mit dem Wohlbefinden hat eine bestimmte Transformation erfahren: In den letzten 20 Jahren wird im Rahmen der psychologischen Forschung das menschliche Wohlbefinden nicht mehr nur indirekt über spezifizierte Thematiken untersucht. Es wird nicht mehr nur gefragt, welche Form der Streßbewältigung besser ist als eine andere (Natürlich wird hierbei implizit davon ausgegangen, daß das bessere Coping auch das menschliche Wohlbefinden erhöht). Vielmehr sind das Wohlbefinden und das Glück direkte Untersuchungsgegenstände geworden. Es wird heute im Rahmen psychologischer Forschung direkt erfragt, ob und wie sehr sich eine Person oder eine bestimmte Stichprobe wohl und glücklich fühlen. Anhand eines kursorischen Überblicks muß in dem vorliegenden Beitrag allerdings die Feststellung getroffen werden, daß der Stand der Forschung der direkten Wohlbefindens- und Glücksforschung eher als entwicklungsbedürftig zu betrachten ist.

Psychologische Forschung hat nicht nur eine begriffliche Klärung von Glück und Wohlbefinden versucht, hat nicht nur Angaben darüber ermittelt, wie viele Menschen sich aufgrund welcher Bedingungen etwa glücklich fühlen. Darüber hinaus gibt sie auch Mittel zur Herstellung von Wohlbefinden an. Aber inwiefern sind die von der Psychologie empfohlenen Mittel hilfreich? Diese Frage kann nicht global beantwortet werden. Dazu ist das Feld psychologischer Forschung zu breit. Deshalb soll zur ansatzweisen Eruiierung dieser Frage ein spezielles Forschungsfeld näher analysiert werden: die Gesundheitspsychologie und hier von das Teilgebiet Gesundheitsförderung. Diese Analyse anhand eines Beispiels aus dem Bereich der Gesundheitsförderung macht leider deutlich, daß es sehr schwierig ist, mit Hilfe von psychologischen

Interventionen das Wohlbefinden zu steigern.

Im Rahmen der Psychologie wird zwar Glück und Wohlbefinden untersucht, dennoch wird nicht explizit reflektiert, warum dies heute ein Forschungsgegenstand ist. Würde dies reflektiert werden, dann würde klar werden, daß Glück und Wohlbefinden zentrale Versprechen der bürgerlichen Aufklärung sind, die Psychologie demnach in der Tradition der Aufklärung ihren Beitrag dazu leisten will, Wohlbefinden herzustellen. In dem vorliegenden Beitrag wird dementsprechend die psychologische Forschung historisch verortet. Sie wird als Teil einer umfassenderen geschichtlichen Bewegung begriffen: der philosophischen und bürgerlichen Aufklärung. Erst mit dieser historischen Einordnung wird ersichtlicher, daß die wissenschaftstheoretisch von Popper bestimmte Psychologie ihrem eigenen Anspruch, eine wertfreie, überwiegend grundlagenwissenschaftliche Disziplin zu sein, wenig genügt.

Im vorliegenden Beitrag wird bei dieser historischen Verortung der Psychologie als Teil der Aufklärung nicht stehen geblieben. In einem weiteren Reflexionsschritt soll deutlich werden, daß sich die moderne Auffassung von Lebenskunst, nämlich die Herstellung von Wohlbefinden, von früheren Konzepten zur Lebenskunst erheblich unterscheidet. Mit der heutigen nahezu zur Selbstverständlichkeit geronnenen Sicht, respektive Anspruchshaltung, daß unser Leben uns möglichst viel »fun« und Wohlbefinden zu erbringen habe, haben frühe Konzepte zur Lebenskunst wenig zu tun. Ein kursorischer Gang durch die Geschichte unterschiedlicher Lebenskunstkonzepte vermag demnach unsere vorherrschende Vorstellung von Lebenskunst zu relativieren.

Interessanterweise bezogen zahlreiche philosophische Strömungen im 20. Jahrhundert eine radikale Gegenposition zur Psy-

chologie - als hätten sich Philosophie und Psychologie im letzten Jahrhundert quasi auf eine Arbeitsteilung geeinigt: die Philosophie sollte sich um die menschlichen Grundfragen kümmern und die Psychologie das Projekt der Aufklärung vorantreiben. So unreflektiert und nahezu naiv die Psychologie dieses Projekt voranzubringen trachtete, so radikal und skeptisch reflektierte die Philosophie die Probleme aufklärerischen Denkens.

Abschließend soll in diesem Beitrag für eine Reintegration von Ethik und Wohlbefinden plädiert werden: Zur Lebenskunst gehören beide Aspekte. Bei der Verknüpfung von Wohlbefinden und Ethik sollte allerdings nicht auf rigide, archaische Moralkonzeptionen zurückgegriffen werden, sondern eine gangbare Ethik gewählt werden.

PSYCHOLOGISCHE FORSCHUNG ZUM WOHLBEFINDEN UND GLÜCK

Wie wird im Rahmen der Psychologie die moderne Form der Lebenskunst, also das Wohlbefinden, untersucht? Einerseits wird bekanntermaßen indirekt in zahlreichen Forschungsfeldern das menschliche Wohlbefinden eruiert: So gibt es dann z. B. psychologische Forschung

- zu Streß und Streßbewältigung,
- zur Gesundheit,
- zu den Auswirkungen von Technik und Technikentwicklung auf die Menschen,
- zur ergonomischen und arbeitspsychologischen Arbeitsplatzgestaltung,
- zur Organisationsentwicklung eines Unternehmens,
- zum menschlichen Zusammenleben in Stadt und Gemeinde,
- zur Wirksamkeit von Psychotherapie,
- zu pädagogischen Fragen.

Andererseits gibt es direkte und explizite psychologische Forschung zum menschlichen Wohlbefinden und Glück (s.u.). Die eben genannte, sicherlich keineswegs

erschöpfende Liste zu Forschungsfeldern, die sich indirekt mit dem Wohlbefinden befassen, macht deutlich, daß ein erheblicher Teil psychologischer Forschung um die Fragen nach dem menschlichen Wohlbefinden und Glück kreist. Die psychologische Forschung beschäftigt sich also intensiv mit den Fragen nach der Verhinderung von Leiden und der Steigerung des Wohlbefindens, nach der Verbesserung menschlicher Interaktion und Kommunikation, nach der Förderung von menschlichen Entwicklungspotentialen, nach der Optimierung der Abstimmung von Mensch und Technik, nach der Optimierung psychologischer Interventionen zur Linderung seelischen Leidens.

Was hat die psychologische Forschung *direkt* zum Wohlbefinden und Glück mitzuteilen? Zunächst ist festzuhalten, daß Wohlbefinden und Glück im Rahmen der Psychologie erst seit relativ kurzer Zeit zum Forschungsgegenstand geworden sind (Maderthaler 1998). Dies ist den Definitionen und den Befunden anzumerken. Die Definitionen von Glück und Wohlbefinden sind häufig unscharf, und die Ergebnisse der Forschung sind eher weniger bedeutsam. Wenig bedeutsam meint, daß die Alltagsvorstellungen von Wohlbefinden und Glück bestätigt werden, aber keine neuen Erkenntnisse gewonnen worden sind. Einige Definitionen und Befunde sollen nun im folgenden vorgestellt werden.

In der psychologischen Forschung zum Wohlbefinden (Glatzer 1992) wird Well-Being als eine Übereinstimmung von objektiv guten Lebensbedingungen und positivem subjektivem Erleben verstanden. Objektives Wohlbefinden mündet nicht automatisch in subjektivem Wohlbefinden, wie auch objektives Nichtwohlbefinden nicht automatisch in subjektivem Unwohlbefinden münden muß. In der Regel jedoch ergibt sich eine Übereinstimmung. Beim Wohlbefinden wird in der Regel unterschieden in aktuelles (augenblickliches) und habituelles

(relativ stabile Eigenschaft) Wohlbefinden. Mayring (1991, S. 69f) hat vier Faktoren des subjektiven Wohlbefindens identifiziert:

- einen negativen Befindensfaktor (Freiheit von subjektiven Belastungen)
- einen positiven kurzfristigen (Freude)
- einen positiven langfristigen (Glück)
- einen kognitiven Faktor (Zufriedenheit).

»Glück wird begriffen als ein eher (im Vergleich zur kognitiven Zufriedenheit) affektiver Zustand und scheint sich aus dem Verhältnis positiver und negativer mentaler Erfahrungen und Erlebnisse eines Individuums zu ergeben« (Glatzer, 1992, S. 55). Auch hinsichtlich des Glücks läßt sich eine gleichsam objektive Variante von einer subjektiven unterscheiden. Das läßt sich rein sprachlich belegen. Das objektive Glück heißt im lateinischen fortuna, im französischen chance, im englischen luck; das subjektive Glück heißt dagegen im lateinischen beatitudo, im französischen bonheur, im englischen happiness (Kaiser 1987, S. 12).

Csikszentmihalyi (1992) hat für das Glückserleben einen eigenen Begriff erfunden: das Flow-Gefühl. Er betont, daß dieses Gefühl nicht bewußt erreicht werden kann, aber daß man es erfahren kann: »Doch jeder hat schon erlebt, daß man, statt von anonymen Kräften herumgestoßen zu werden, sich in Kontrolle der eigenen Handlungen, als Herr des eigenen Schicksals fühlt. Bei diesen seltenen Gelegenheiten spürt man ein Gefühl von Hochstimmung, von tiefer Freude, das lange anhält und zu einem Maßstab dafür wird, wie das Leben aussehen sollte« (S. 15).

Es ist selbstverständlich schwierig, Wohlbefinden empirisch zu erheben. Es gibt über 50 Erhebungsinstrumente zur Ermittlung des Wohlbefindens - Fragebögen, die allerdings unter erheblichen Urteilsverfälschungen leiden: soziale Erwünschtheit, Selbstdarstellungsstrategien, Rechtferti-

gungseffekte, situative Stimmungseffekte etc. Kurzum: die Reliabilität ist eher mäßig (Maderthaler 1998, S. 487).

Welche praktischen Schlußfolgerungen werden aus der psychologischen Forschung zum Wohlbefinden und Glück abgeleitet? Argyle (1987; zit. nach Maderthaler 1998) empfiehlt:

- Praktizieren von Stimulus- und Gedankenkontrolle
- Streben nach einer Verbesserung des Lebensstandards
- Nachhaltige Verbesserung der sozialen Beziehungen
- Anstreben von Arbeitsbedingungen und Freizeitsituationen, die durch intrinsische Motivation, Identifikation und Gemeinschaftserleben gekennzeichnet sind
- Anwenden therapeutischer Methoden der Depressionsbehandlung

Fordyce (1983; zit. nach Maderthaler 1998) gibt 14 Ratschläge zu einem erhöhten Wohlbefinden:

- Werde aktiver und halte Dich beschäftigt!
- Bringe mehr Zeit mit anderen Menschen zu!
- Sei produktiv durch sinnvolle Arbeit!
- Sei systematischer und plane die Dinge besser!
- Höre auf, Dir Sorgen zu machen!
- Senke Deine Erwartungen und Ansprüche!
- Entwickle positives, optimistisches Denken!
- Orientiere Dich an der Gegenwart!
- Arbeite an einer gesunden Persönlichkeit!
- Entwickle eine nach außen gerichtete, soziale Persönlichkeit!
- Sei Du selbst!
- Eliminiere negative Gefühle und Probleme!
- Enge Sozialbeziehungen sind für das Glück am wichtigsten!
- Gib Deinem Glück die höchste Priorität!

Nun drängt sich die Frage natürlich auf, ob und wie diese Ratschläge umzusetzen sind. Könnten sie leicht in den Alltag implementiert werden, so dürfte es keine unglücklichen Menschen mehr geben. Zumindest wären diejenigen glücklich, die glücklich sein wollen. Die Empfehlungen machen mithin einen naiven Eindruck. Sie fußen in gewisser Weise auf einer Tautologie: Um glücklich zu werden, muß Du glücklich werden.

SCHWIERIGKEITEN BEI DER STEIGERUNG DES WOHLBEFINDENS AM BEISPIEL DER GESUNDHEITSPSYCHOLOGIE

Mit Hilfe gesundheitspsychologischer Untersuchungen läßt sich nun aufzeigen, daß Wohlbefinden weniger leicht herstellbar ist, als diese Empfehlungen nun suggerieren. Die Gesundheitsförderung als Teil der Gesundheitspsychologie, die sich zum Ziel gesetzt hat, das soziale, seelische und körperliche Wohlbefinden zu steigern, kann national und international im Prinzip - wenn überhaupt - nur geringe *langfristige* Erfolge aufweisen. Alle relevanten Survey-Studien belegen dies. Ob Rückenschulen, Streßbewältigungstrainings oder Gewichtsreduktionskursen (vgl. z. B. Apfelbaum 1993): Es läßt sich weltweit festhalten, daß spätestens nach drei Jahren die im Interventionszeitraum erzielten durchschnittlichen Erfolge verschwunden sind. Aber selbst die Erfolge, die ca. ein halbes Jahr nach Beendigung der Interventionen gemessen werden können, sind gering. So hat der Autor mit anderen (Meschnig, Reutter, Thußbas, Klotter 1995) im Auftrag von Krankenversicherungen ein ehemaliges Gesundheitszentrum und deren Kursangebot evaluiert. Ca. 1500 ehemalige Teilnehmer von diversen Kursangeboten wurden nachbefragt. Es sollte

- der gesundheitliche Zustand,
- die kursspezifischen Veränderungen und
- die Beurteilung des Kursangebots ermittelt werden.

Zwar gab es auf den genannten Ebenen stets positive Ergebnisse. Die Effektgrößen waren aber meist recht gering. So lag z. B. die durchschnittliche Befindlichkeitsänderung bei 0.2 bis 0.4 angesichts von insgesamt 5 möglichen Punkten. Eine bedeutsame Veränderung des leibseelischen Wohlbefindens erbringen Kursangebote zur Gesundheitsförderung demnach nicht.

Die prinzipiell geringen Erfolge von Gesundheitsförderungsinterventionen veranlaßten den Autor und andere (Klotter, Arndt und Koch 1990), für Personen mit schwerer Adipositas und essentieller Hypertonie umfangreichere und intensivere (als die üblichen acht- bis zwölfwöchigen Gruppenkurse) Interventionsformen zu entwickeln: die sogenannten Kompaktprogramme gegen Übergewicht und Bluthochdruck. Sie dauerten insgesamt ein dreiviertel Jahr und bestanden

- aus einem Gruppen-Vorbereitungskurs in Berlin
- einer vierwöchigen Reha-Intervention und einer
- halbjährigen Nachbetreuungsphase.

Der Erfolg der Kompaktprogramme wurde mehrdimensional erhoben. Herausgegriffen werden soll jetzt nur eine Dimension des Therapieerfolgs: hinsichtlich des Kompaktprogramms gegen Übergewicht die Gewichtsentwicklung.

- Zu Beginn der Intervention lag das durchschnittliche Gewicht bei 45% über Broca-Normalgewicht.
- In dem Interventionszeitraum konnte das Gewicht um durchschnittlich 10% gesenkt werden.
- Das follow up ein Jahr nach Programmende erbrachte wiederum eine durchschnittliche Gewichtszunahme von ca. 4%.
- 6 Jahre nach Beendigung der Kompaktprogramme mußte sich der Autor als ehemaliger Projektleiter dieser Kompaktpro-

gramme davon überzeugen, daß, wie alle nationalen und internationalen Studien belegen, bezüglich der Gewichtsentwicklung keine Therapieerfolge mehr zu verzeichnen waren.

Wie ist dies zu erklären, daß sich trotz dieser sehr umfangreichen und aufwendigen Intervention - das Kompaktprogramm gegen Übergewicht - das leibseelische Wohlbefinden der Teilnehmerinnen und Teilnehmern des Kompaktprogramms dauerhaft nicht erhöhen ließ? Es ist zuvörderst nur dadurch zu erklären, daß ein Symptom wie das Übergewicht eine zentrale intrapsychische Funktion (ob psychosomatisch, somatopsychisch oder biopsychosozial etc. konzipiert) besitzt. Welche Krankheitstheorie oder Neurosentheorie auch immer zur Erklärung dieser intrapsychischen Funktion herangezogen wird - es bedarf unbedingt einer derartigen Theorie. Die Gesundheitsförderung hat im wesentlichen auf eine Krankheitstheorie verzichtet; sie hat sich im wesentlichen um Verhaltensmodifikation gekümmert und hat gleichsam im Sinne eines naiven Hurra-Patriotismus fest daran geglaubt, daß ein vermeintlich unerwünschtes Symptom wie das Übergewicht mit der entsprechenden Unterstützung alsbald das Feld räumen wird.

Als Zusammenfassung läßt sich sagen, daß es zumindest auf dem Gebiet der Gesundheitspsychologie der Psychologie bislang nicht erfolgreich gelungen ist, leibseelisches Wohlbefinden herzustellen. Es ist stark zu vermuten, daß auch im Rahmen der Glückspsychologie die weiter oben genannten Empfehlungen nur sehr schwer umzusetzen sind.

Gerade wurde festgehalten, daß hinsichtlich des Kompaktprogramms gegen Übergewicht sechs Jahre nach Interventionsende keine objektiv meßbaren Therapieerfolge zu verzeichnen waren. Aber unerwarteterweise konnten sechs Jahren nach

Beendigung der Intervention mit Hilfe von qualitativen Interviews *nicht* anvisierte Therapieziele bei den ehemaligen Teilnehmerinnen und Teilnehmern eruiert werden (Klotter 1999). Die Kompaktprogramme hatten offenbar eine nachsozialisatorische Funktion gehabt. Im Rahmen der Kompaktprogramme begannen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sich in Reflexion zu üben. Sie begannen, sich ihre eigene Biographie hinsichtlich ihrer Symptomatik neu zu konstruieren. Und sie begannen damit, ihr soziales und berufliches Leben anders zu organisieren. Jedoch: das Symptom blieb. Und bezüglich des Wohlbefindens ist folgendes zu vermuten: Die Interviewten haben sich möglicherweise vor Beginn der Kompaktprogramme subjektiv sogar wohler gefühlt, da sie normativ angepaßter waren. Sie haben gefühlt wie alle anderen auch. Sie waren mehr ein »Jedermann«, heute sind sie mehr Individuen. Vielleicht ließe sich diese Individualisierung als ein »mehr« an Lebenskunst begreifen, womit dann auch ersichtlich wäre, daß Lebenskunst und Wohlbefinden keineswegs Synonyme darstellen.

LEBENSKUNST IN HISTORISCHER PERSPEKTIVE

Bislang wurde ersichtlich, daß sich die Psychologie sehr wohl mit dem menschlichen Wohlbefinden befaßt, daß es dieser Wissenschaft aber nicht durchgängig gelingt, Wohlbefinden zu steigern. Und es wurde ebenfalls bereits erwähnt, daß es sich bei Wohlbefinden, historisch betrachtet, um eine halbierte Lebenskunst handelt. Die Frage nach dem *guten* Leben, also nach dem zweiten Element in der platonischen Definition von Lebenskunst, wird in der heutigen psychologischen Forschung explizit nicht gestellt, obwohl Kant noch vor 200 Jahren schrieb: »Wie kann man Menschen glücklich machen, wenn man sie nicht sittlich und weise macht?« (1987, S. 23)

Nicht geklärt wurde bislang, *warum* sich die Psychologie mit einer halbierten Lebens-

kunst befaßt. Die Psychologie stellt sich wohlgerne diese Frage selbst nicht. Sicherlich gibt es verschiedene Antworten auf diese Frage. Aber eine Antwort könnte lauten, daß sich die Psychologie dem Projekt der philosophischen Aufklärung, die das Wohlbefinden der Menschen im Diesseits zum Ziel hat, anschließt, daß dieses der bestimmende Rahmen der Psychologie ist, ohne daß die Psychologie diesen Rahmen explizit thematisiert. Was ist das Projekt der Aufklärung? Habermas versteht im Anschluß an Weber hierunter »die objektivierenden Wissenschaften, die universalistischen Grundlagen von Moral und Recht und die autonome Kunst unbeirrt in ihrem jeweiligen Eigensinn zu entwickeln, aber gleichzeitig auch die kognitiven Potentiale ... für ... eine vernünftige Gestaltung der Lebensverhältnisse zu nutzen« (Habermas, zit. nach Klingner 1995, S. 48). Die vernünftige Gestaltung der Lebensverhältnisse führt zu allgemeinem Wohlbefinden aller Menschen - das ist das Credo der Aufklärung. Aber warum wird in der Moderne so viel Wert auf das Wohlbefinden gelegt? Sicherlich ist das Wohlbefinden gleichsam die Ersatzreligion in einer nachchristlichen Welt. Wenn der Glanz Gottes verblaßt, wenn es wenig Hoffnung auf einen Übertritt in das himmlische Reich nach dem Tod gibt, dann wird es an der Zeit, das Paradies im Diesseits anzustreben. Das Projekt der Aufklärung hat dies getan.

Das Streben nach Wohlbefinden stellt jedoch nicht nur eine Ersatzreligion dar. Denn das Wohlbefinden der Menschen bildet eine wesentliche Voraussetzung für das Funktionieren der modernen Gesellschaft. Zumindest ist es im modernen Staat common sense, daß dies so ist. Kant schrieb in der »Grundlegung zur Metaphysik der Sitten« dazu: »Seine eigene Glückseligkeit sichern, ist Pflicht (wenigstens indirekt), denn der Mangel der Zufriedenheit mit seinem Zustande, in einem Gedränge von vielen Sorgen und mitten unter unbefriedigten

Bedürfnissen, könnte leicht eine große Versuchung zur Übertretung der Pflichten werden« (Kant 1995, S. 25). Kurzum: Der sich wohlfühlende Mensch funktioniert im Sinne dieser Gesellschaft einfach sehr viel besser als ein Mensch, der sich sehr unwohl fühlt. Daher tut die moderne Gesellschaft einiges, damit sich die Bürgerinnen und Bürger *gut* fühlen. Das Ziel, daß sich die Bürgerinnen und Bürger wohl fühlen, erreicht jedoch die moderne Gesellschaft nur dann, wenn sie in die Bevölkerung eingreift. Das ist der Preis, den die Menschen von heute zu zahlen haben. Der französische Historiker Veigne (1988) faßt dies so zusammen:

»Heutzutage herrscht die Ansicht vor, daß das Welfare der Bevölkerung besser gewährleistet ist, wenn der Staat eingreift: die staatliche Intervention soll die demographischen, ökonomischen, sozialen und touristischen Ströme kanalisieren. Anders gesagt, was wir heute Politik nennen, ist mit der Aufgabe des Försters vergleichbar. Zwar läßt der Förster die Natur nicht einfach drauflos wuchern, aber er ist auch nicht ihr Eigentümer. Er beutet sie nicht zu seinem eigenen Nutzen aus, wie es ein Landwirt tun würde; ganz im Gegenteil, er strebt das Wohl der Natur als solcher an, und daher achtet er die natürlichen Tendenzen und beschränkt sich darauf, sie zu lenken« (S. 14).

Der moderne Staat kümmert sich um alles. Es interessiert ihn, was und wieviel wir essen, ob wir fleißig Sex betreiben, schließlich ist dieser gesundheitsförderlich, etc. Dementsprechend nimmt das Wohlbefinden hinsichtlich seiner Ursache eine Zwitterstellung ein. Das individuelle Wohlbefinden wird einerseits von der modernen Gesellschaft in gewisser Weise garantiert. Wir haben alle gleichsam ein unveräußerbares Recht auf Wohlbefinden. Zum anderen haben wir, das gehört zum credo des modernen Staates mit hinzu, die Pflicht, uns selbst-

verantwortlich um unser Wohlbefinden zu kümmern. Das in der Moderne angestrebte Wohlbefinden ist nach allem bisher Gesagten keinesfalls identisch mit der platonischen Lebenskunst. Wenn sich Wohlbefinden darin erschöpft, einen interessanten, abwechslungsreichen Arbeitsplatz zu haben, in ruhiger Lage zu wohnen, viel Fahrrad zu fahren und sich gesund zu ernähren etc., dann birgt die Frage nach der Lebenskunst einen größeren Horizont: Bei Lebenskunst geht es um die Grundfrage, wie jemand sein Leben gestalten will, ob er als Anachoret zurückgezogen in der Wüste leben will, ob er also allem Weltlichen weitgehend entsagen will, ob er es als richtig erachtet, politisch tätig zu werden, ob er das Leben eines Libertin leben will, usw. In der Moderne dagegen ist die Frage nach der Lebenskunst weitgehend normativ beantwortet: Arbeite und führe ein unauffälliges Leben, so ließe sich die moderne Lebenskunst zusammenfassen. Und: Solange Du jung bist, darfst Du ein bißchen über die Stränge schlagen. Trotz der von vielen Forschern und Forscherinnen diagnostizierten Pluralisierung der Lebenswelten scheint es unter der Hand ein uniformes, normatives Konzept von Lebenskunst zu geben. Die Pluralisierung von Lebenswelten wäre dann eher auf die unterschiedlichen Lebensstile, auf die unterschiedlichen ästhetischen Entwürfe zu beziehen, nicht aber auf Lebenskunst.

Um auf die Psychologie zurückzukommen: Es ist sicherlich ein Verdienst der Psychologie, sich um das Wohlbefinden der Menschen zu kümmern. Es ist jedoch ein Manko dieser wissenschaftlichen Disziplin, daß sie nicht reflektiert, warum sie dies tut. Sie ist sich ihrer eigenen Geschichtlichkeit, ihres eigenen geschichtlichen Auftrags, der aus der Aufklärungsphilosophie herrührt, in aller Regel nicht bewußt. Es wird in der Psychologie nicht berücksichtigt, daß die Suche nach Wohlbefinden eine kulturell spezifische Form einer Lebenskonzeption

darstellt. Im christlichen Mittelalter ging es z. B. weniger um Wohlbefinden im Leben als um die diesseitige angemessene Vorbereitung auf das Jenseits. Das Diesseits wurde als Jammertal begriffen. Das Wohlbefinden als Lebensziel ist dagegen ein Merkmal der eher nachchristlichen Welt. Das, was den psychologischen Ansätzen zum Wohlbefinden fehlt, ist also eine historische Perspektive. Diese soll im folgenden kursorisch nachgetragen werden, um die moderne Einengung von Lebenskunst auf Wohlbefinden relativieren zu können. Es sollen also Aussagen einiger Klassiker über deren Ideen von Lebenskunst vorgestellt werden, in der Hoffnung, daß der Begriff Klassiker nicht jenen üblen Beigeschmack hat, demnach ein Klassiker ein solcher wäre, der mit feierlicher Miene Gemeinplätze verkündet, an die heute kein Mensch mehr glaubt (in Anlehnung an Gigon 1991). Die Aussagen dieser Klassiker sollen nicht indirekt dazu herhalten, sich auf die guten alten Werte zurückzubeziehen, sie sollen nicht als heimliches Vorbild für unsere angeblich amoralische Zeit hervorgekehrt werden, sondern sie sollen nur illustrieren, daß in anderen Zeiten andere Ideen von Lebenskunst verfügbar waren.

In der Apologie, um mit dem platonischen Sokrates zu beginnen, in seiner Verteidigungsrede kurz vor seiner Verurteilung zum Tod, tut dieser kund, daß Lebenskunst für ihn nicht bedeutet, angenehm zu leben, sondern das Richtige zu tun. Er läßt sich zum Tod verurteilen, weil er nicht bereit ist, auf das zu verzichten, was er als seine Pflicht und Aufgabe begreift: mit den Athenern zu debattieren und die Wahrheit zu ergründen: »Denn nichts anderes tue ich, als daß ich umhergehe, um jung und alt unter euch zu überreden, ja nicht für den Leib und für das Vermögen zuvor noch überhaupt so sehr zu sorgen wie für die Seele, daß diese aufs beste gedeihe, indem ich zeige, daß nicht aus Reichtum die Tugend entsteht, sondern aus der Tugend der

Reichtum ...« (1988, S. 20). Diese Tugend ist nach Sokrates, respektive Platon, nicht ein für allemal im Sinne eines Kanons festgeschrieben, sondern man unterhält sich darüber: Die Tugend wird dialogisch hergestellt (1988, S. 27). Dennoch gibt es bestimmte Begriffe, mit denen Tugend zu tun hat: Gerechtigkeit, Weisheit, Besonnenheit, Tapferkeit. Vor allem geht es Sokrates darum, das Gute nicht mit der Lust zu identifizieren. Man solle sich nicht von seiner Lust leiten lassen, sagt Sokrates. Vielmehr entsteht seiner Meinung nach das richtige Leben aus dem tugendhaften Leben.

Um den kursorischen geschichtlichen Überblick fortzusetzen: Nachdem Cäsar in Rom die absolute Macht errungen hat, muß sich sein entschiedenster Widersacher Cicero aus dem politischen Leben zurückziehen und schreibt in Tusculum philosophische Gespräche nieder, die er unter anderen mit Brutus geführt hat, dem späteren Mörder Cäsars. Für Cicero besteht die Tugend und damit auch die Lebenskunst darin, »daß wir nichts Demütigendes, Niedriges, Weichliches, Weibisches, Zusammengebrochenes und Verwerfliches tun« (1991, S. 202). Lebt man so tugendhaft, dann ist damit ein glückseliges Leben garantiert (S. 211). »... so sind umgekehrt jene glückselig, die keine Furcht erschreckt, kein Kummer zerfrißt, keine Begierden aufstacheln und keine einfältigen Ausgelassenheiten in weichlichen Genüssen auflösen« (S. 218). Für Cicero besteht die Lebenskunst demnach daraus, sich nicht von Affekten – welcher Art auch immer – aus dem Gleichgewicht bringen zu lassen. Bei Cicero wird verständlich, warum im Lateinischen *virtus* die Tugend. Ciceros *virtus* ist deutlicher als bei Sokrates *miso-gyn*.

Ähnlich, wenngleich schärfer als Cicero, predigt Seneca in der Tradition der Stoa ein asketisches Leben. Seinem Ideal ist er allerdings selbst keineswegs gefolgt. Nach dem Kaiser war er der zweitreichste Mann Roms

(Veyne 1993). Es wird ihm auch ein ausschweifendes päderastisches Liebesleben nachgesagt (Brown 1989). In den fiktiven »Briefe an Lucilius«, einem erdachten jungen Mann, gibt er eine Vielzahl von Ratschlägen: Man solle sorgsam mit seiner Zeit umgehen, sie sich nicht stehlen lassen, man soll sich nicht verzetteln: »Nirgends ist, wer überall ist« (1993, S. 7). Man solle mit Gleichmut leben und nicht am Leben hängen. »Die meisten taumeln zwischen Todesangst und Lebensqualen hin und her und wollen nicht leben, wissen nicht zu sterben« (S. 17). Man solle bescheiden, unauffällig und ohne Luxus leben.

Zwischen Sokrates, Cicero und Seneca gibt es inhaltlich neben den wesentlichen Gemeinsamkeiten auch Unterschiede. Um die soll es im Moment nicht gehen. Vielmehr soll nun im Vordergrund stehen, in welcher Form die Verständigung über Lebenskunst stattfindet. Denn Lebenskunst ist nicht nur eine Frage des Inhalts, sondern auch die nach der Art, wie sie entwickelt wird. Für Sokrates ist die Antwort auf die Frage nach dem richtigen Leben etwas, was nur im dialogischen Gespräch ermittelt werden kann. Bei Cicero ist der Gesprächspartner wie Brutus nur noch Stichwortgeber, aber kein gleichwertiger Teilnehmer des Gesprächs. Bei Seneca taucht der Gesprächspartner gar nicht mehr auf. Lucilius muß nur noch das tun, was ihm Seneca schriftlich anempfiehlt. Das die letzten 2000 Jahre die abendländische Kultur bestimmende Christentum hat sich eher Seneca angeschlossen und seine Form der Vermittlung von Lebenskunst radikalisiert. Der französische Philosoph Foucault schreibt hierzu: »In stärkerem Maße als die heidnischen Religionen erlegt das Christentum den Gläubigern strenge Wahrheitsverpflichtungen sowie dogmatische und kanonische Pflichten auf« (1993, S. 52).

Das bedeutet für die große Mehrheit der Bevölkerung, daß sie sich keine Gedanken

über Lebenskunst machen, sondern nur das befolgen muß, was befohlen wird.

Um den kursorischen Gang durch die Geschichte fortzusetzen: Erst in der frühen Neuzeit wird das antike und christliche Denken, das den Menschen als Teil einer Gemeinschaft - kurzum: ein *zoon politicon* (ein Lebewesen in der Polis) - begreift, durch Machiavelli und Hobbes unterminiert (Honneth 1994). Sie führen die Vorstellung ein, daß die Menschen als Einzelwesen in dauerhafter Konkurrenz und dauerhaftem Kampf miteinander stehen und darauf aus sind, diesen Kampf jeweils für sich zu gewinnen. Für Machiavelli bestände die Lebenskunst dann darin, mit möglichst viel Geschick möglichst viel Macht zu erringen, um seine eigenen Interessen wahren zu können.

Mit Kant soll der Gang durch die Geschichte abgeschlossen werden. Weiter oben wurde bereits erwähnt, daß für Kant Glückseligkeit eine Bürgerpflicht darstellt. Wie jemand zur Glückseligkeit gelangt, welche Glückseligkeit er vor Augen hat, das sei jedem selbst überlassen, meint Kant. Allerdings ist die jeweilige Praktik zur Erlangung der Glückseligkeit an eine allgemeine Sittlichkeit, an den kategorischen Imperativ, gebunden. Mit der Idee der Sittlichkeit sind wir zwar noch vertraut, vermutlich handeln die meisten in der Regel auch danach, aber man kann mit dieser Theorie der Sittlichkeit heutzutage vermutlich niemanden mehr begeistern oder gewinnen. Und daß diese Sittlichkeit eine wesentliche Stütze von Lebenskunst wäre, daß überhaupt Tugend etwas mit Lebenskunst zu tun hätte, würde heute vermutlich den wenigsten einleuchten. Bei Lebenskunst denken wir heute eher an eine interessante und abwechslungsreiche Arbeit, an gute Freunde, an eine gelingende Partnerschaft mit intensiver Sexualität und an schöne Freizeitbeschäftigungen und natürlich an ewige Gesundheit und großartige Urlaube. Die weiter

oben beschriebene Psychologie ist redlich bemüht, diese unsere heutige Form der Lebenskunst zu verbessern.

Dennoch drängt sich der Gedanke auf, daß dies nicht alles sein kann, daß bei dieser Form der Lebenskunst etwas vergessen wird, was z. B. in der Philosophie im 20. Jahrhundert wieder auftaucht. So zeichnen viele Philosophien des 20. Jahrhunderts überwiegend ein dunkles oder eher negatives Bild vom Zustand des Menschen in diesem Jahrhundert. In der Folge der Krise der Aufklärungsphilosophie, ja der Moderne überhaupt - man denke nur an die Krise und Kritik des Fortschrittsgedankens oder man denke an die KZs und Gulags -, ist unter vielen Philosophen die Hoffnung auf ein glückliches, sittliches und vernünftiges menschliches Zusammensein geschwunden. Einer der wichtigsten Vertreter der Kritischen Theorie, Adorno, meint, daß es kein richtiges Leben im Falschen gibt. Und falsch sei unsere Gesellschaft nahezu in Gänze. Der französische Existenzialist Sartre ist von dem Gedanken fasziniert, daß sich ein jeder ständig gegen das Nichts selbst entwerfen müsse. Heidegger geht davon aus, daß das Leben im wesentlichen im Hinblick auf den Tod zu leben ist. Alles andere ist für ihn Seinsvergessenheit. Ein höchst bedeutsamer, aber weniger bekannte französische Denker, Georges Bataille, hat eine vergleichbare Position wie Heidegger, wenn er das Leben vom Tod aus denkt. Der Begründer der Psychoanalyse, Freud, meint, daß Glückseligkeit des Menschen im Plan der 'Schöpfung' nicht enthalten sei. Der französische Philosoph Foucault sieht uns als von der gesellschaftlichen Macht unterworfenen Subjekte. Gegen all diese Philosophien des 20. Jahrhunderts erscheint zum einen die Psychologie des 20. Jahrhunderts völlig immun zu sein, zum anderen erscheint dagegen Kant wie ein naiver Optimist. Bezogen auf die Lebenskunst erbringt die Arbeitsteilung zwischen Psychologie und Philosophie, daß der Lebenskunst der Zusammen-

halt offenbar abhanden gekommen ist. Sich wohl fühlen und viel *fun* zu haben, ist offenkundig halbierte Lebenskunst; das Leben hingegen in toto als falsches zu brandmarken, wie dies Adorno als linker Gnostiker getan hat, ist wiederum in gewisser Weise weltverachtend. Mit dieser Weltverwerfung kann sich das nicht hinreichend entwickeln, was für die antiken Denker das zentrale *Movens* der Lebenskunst ist: die Sorge um sich.

Eine Lebenskunst, die sich nicht nur in Wohlbefinden erschöpft, die die Sorge um sich selbst nicht auf das Diäten reduziert, müßte sich auch mit dem konfrontieren, was Adorno, Sartre, Heidegger, Bataille und Foucault als Fragen aufgeworfen haben: die Fragen nach dem Lebensentwurf, nach dem Tod, der in der Moderne verdrängt worden ist, und nach dem Verhältnis von gesellschaftlicher Macht und Lebenskunst. Eine nicht halbierte Lebenskunst müßte ebenfalls die Ethik mit einbeziehen. Denn es kann keine Lebenskunst ohne Ethikdiskussion geben. Die Beantwortung der Frage, wie ein Leben zu leben ist, ist stets an ethische Wertungen geknüpft. So ist z. B. vor ca. 30 Jahren in der Bundesrepublik Deutschland aus der nahezu weltweiten Studentenbewegung eine Alternativbewegung entstanden, die in Verbindung mit ethischen Problemstellungen (Umgang mit Natur, Umgang mit Technik) teilweise eine andere Lebensweise entwickelt hat.

Die notwendige Verknüpfung von Ethik und Lebenskunst muß ja nicht auf der martialischen Tugend eines Ciceros beruhen. In der abendländischen Geschichte war, so scheint es, der Tugendkult zu dominant. Dieser Tugendkult beginnt mit dem Kampf Sokrates gegen die Sophisten, denen er vorwirft, sie würden nur rhetorisch gewinnen wollen, ohne Berücksichtigung dessen, was richtig und gut ist, was also tugendhaft ist. Die Gefahr des sokratischen Denkens besteht darin, daß die Vernunft, die Tugend

begründen will, imperiale Züge erlangt, daß diese Vernunft alles andere ausschließt und vernichtet, was nicht in ihre Konzept paßt. Sokrates' Tugend war in gewisser Weise fundamentalistisch: Sokrates war bereit, für diese zu sterben. Bezüglich der Lebenskunst kann diese auf Vernunft begründete Tugendhaftigkeit zu biederem Ernst, zu etwas Sektiererischem führen, was wiederum dazu veranlassen kann, alle anderen Sekten vernichten zu wollen: Nur wir haben recht. Deshalb soll hier ein Plädoyer für eine Entwicklung von Lebenskunst gehalten werden, die nicht dazu führt, andere Konzepte von Lebenskunst vernichten zu müssen. Diese liberale Lebenskunst müßte nicht so unerbittlich streng daher kommen wie die Lebenskunstkonzepte eines Sokrates, Ciceros, Senecas oder Kants. Die gleichsam tiefend ernste, tugendhafte und erhabene Lebenskunst läuft stets Gefahr, daß sie all zu schnell in ihr Gegenteil umkippt. So nimmt es nicht wunder, d.h., es kann kein Zufall sein, daß Kants Haus in Königsberg nach seinem Tode in ein billiges Wirtshaus mit Billard und Kegelbahn umgewandelt worden ist (Vorländer 1992, S. 343). Rigide Sittlichkeit, so wäre die Hypothese, schlägt schnell um in gleichsam reines Vergnügen. Deshalb wäre auch zu plädieren für eine Lebenskunst, die die sogenannten menschlichen Schwächen mit berücksichtigt, die eine machbare oder gangbare Konzeption darstellt. Das, was Marquard (1982) für die Geschichtsphilosophie postuliert, nämlich die Fahnen auf Halbmast zu hängen, selbiges ließe sich auch zur Lebenskunst sagen: Die Konzipierung von Lebenskunst möge nicht nur hoch moralisch und edel sein, sondern den menschlichen Niederungen ebenfalls Rechnung tragen.

Als Beispiel für eine gangbare Lebenskunst sollen einige Merksätze vorgestellt werden, die ein spanischer Jesuit, Balthasar Gracian, in der ersten Hälfte des 17. Jahrhunderts aufgestellt hat und die Schopenhauer im

letzten Jahrhundert ins Deutsche übertragen hat. Sein Buch trägt den Titel »Handorakel und die Kunst der Weltklugheit« (1998) und enthält folgende Sentenzen:

- »Über sein Vorhaben in Ungewißheit lassen. Die Verwunderung über das Neue ist schon eine Wertschätzung seines Gelingens. Mit offenen Karten spielen, ist weder nützlich noch angenehm ...« (S. 11)
- »Abhängigkeit begründen. Den Götzen macht nicht der Vergolder, sondern der Anbieter. Wer klug ist, sieht lieber die Leute seiner bedürftig, als ihm dankbar verbunden: sie am Seil der Hoffnung führen, ist Hofmannsart, sich auf ihre Dankbarkeit verlassen, Bauernart ...« (S. 12)
- »Sich vor dem Sieg über Vorgesetzte hüten. Alles Übertreffen ist verhaßt, aber seinen Herrn zu übertreffen, ist entweder ein dummer oder ein Schicksalsstreich...« (S. 13)
- »Denken wie die wenigsten und reden wie die meisten. Gegen den Strom schwimmen zu wollen, vermag keineswegs den Irrtum zu zerstören, sehr wohl aber in Gefahr zu bringen. Nur ein Sokrates konnte es unternehmen« (S. 28).

Wir finden derartige Empfehlungen gewiß als unmoralisch, dennoch ist davon auszugehen, daß wir nahezu unablässig solche Taktiken verwenden. Demnach sollten sie auch explizit in eine Konzeption von Lebenskunst einmünden und nicht unter den Tisch fallen, unter dem sie dann gleichsam autonom ein eigenes Leben entwickeln.

Abschließend sollen noch einmal wichtige Merkmale der Lebenskunst zusammengefaßt werden:

- Die Lebenskunst besteht nicht aus rigiden Vorgaben, die einzuhalten sind, sondern sie wird dialogisch entwickelt.
- Im dialogischen Entwickeln der Lebenskunst steckt die Anerkennung anderer Formen der Lebenskunst.

- Die Lebenskunst gründet auf der Sorge um sich. Weniger christliche Selbstlosigkeit und christlicher Altruismus, sondern der allseits diskreditierte Egoismus bilden den Ausgangspunkt der Lebenskunst - kein Egoismus, der sich primär gegen andere richtet oder der den anderen negiert, sondern der einen sorgfältigen Umgang mit sich impliziert.
- Lebenskunst kreist um die Balance zwischen angenehmem Leben (Wohlbefinden) und ethischem Leben.
- Lebenskunst thematisiert das Verhältnis von Individuum und Gesellschaft
- Lebenskunst basiert auf der Thematisierung des Verhältnisses von Mensch und Natur – innerer und äußerer Natur.
- Lebenskunst schließt das sogenannte Niedere (z. B. Geltungssucht, Neid, Konkurrenz) mit ein und thematisiert dies explizit.

Anmerkungen

1 Ich danke Eva Jaeggi, Gerd Jüttemann, Wolfgang Hegener und Kerstin Rieder für wichtige Anregungen.

Literatur

- APFELBAUM, M. (1993): Treatment of Obesity: Are we wrong? International Congress on Obesity Management. Antwerpen
- BROWN, P. (1989): Spätantike. In: Ph. Ariès und G. DUBY (Hg.), Geschichte des privaten Lebens. Bd. 1. Frankfurt: Fischer
- CICERO (1991): Gespräche in Tusculum. München: dtv/Artemis
- CSIKSZENTMIHALYI, M. (1992): Flow. Stuttgart: Klett-Cotta
- FOUCAULT, M. (1993): Technologien des Selbst. In: M. Foucault et al., Technologien des Selbst. Frankfurt: Fischer
- GIGON, O. (1991): Einführung zu: Cicero, Gespräche in Tusculum. München: dtv/Artemis
- GLATZER, W. (1992): Lebensqualität und subjektives Wohlbefinden. Ergebnisse sozialwissenschaftlicher Untersuchungen. In: A. Bellebaum (Hg.), Glück und Zufriedenheit. Opladen: Westdeutscher Verlag

- GRACIAN, B. (1998): Hand-Orakel und Kunst der Weltklugheit. Frankfurt: Insel
- HONNETH, A. (1994): Kampf um Anerkennung. Frankfurt: Suhrkamp
- KAISER, P. (Hg.) (1987): Glück und Gesundheit durch Psychologie?. Weinheim: PVU
- KANT, I. (1987): Deines Lebens Sinn. Zürich: Diogenes
- KANT, I. (1995): Grundlegung zur Metaphysik der Sitten. Frankfurt: Suhrkamp
- KLINGER, C. (1995): Flucht, Trost, Revolte. München: Hanser
- KLOTTER, C., ARNDT, W., KOCH, P. (1990): Das Kompaktprogramm gegen Übergewicht. psychomed 2, 37-42
- KLOTTER, C. (1999): Genealogie und Evaluation von Gesundheitsförderung aus persönlichkeitspsychologischer Sicht. Unveröffentlichte Habilitationsschrift. TU-Berlin
- MADERTHANER, R. (1998): Wohlbefinden, Lebensqualität und Umwelt. In: I. Kryspin-Exner, B. Lueger-Schuster, G. Weber, Klinische Psychologie u. Gesundheitspsychologie. Wien: Universitätsverlag
- MARQUARD, O. (1982): Schwierigkeiten mit der Geschichtsphilosophie. Frankfurt: Suhrkamp
- MAYRING, PH. (1991): Psychologie des Glücks. Stuttgart: Kohlhammer
- MESCHNIG, A., REUTTER, T., THUBBAS, C. UND KLOTTER, C. (1995): Effekte von Gesundheitsförderung. Die Betriebskrankenkasse, 11, 680-685
- PLATON (1988): Apologie. Reinbek: Rowohlt
- SENECA (1993): Epistulae morales ad Lucilium. In: Seneca, Philosophische Schriften III. Hamburg: Meiner
- SCHMID, W. (1998): Philosophie der Lebenskunst. Frankfurt: Suhrkamp
- VEYNE, P. (1988): Kannten die Griechen die Demokratie? In: Ch. Meier und P. Veyne. Kannten die Griechen die Demokratie? Berlin: Wagenbach
- VEYNE, P. (1993): Weisheit und Altruismus. Frankfurt: Fischer
- VORLÄNDER, K. (1992): Immanuel Kant - Der Mann und das Werk. Hamburg: Meiner

Asanger

Ivars Udris (Hg.)

Arbeitspsychologie für morgen

Herausforderungen und Perspektiven

218 S., kt., DM 44.-/SFr. 41.-/ÖS 321.- (335-0)

Die Arbeitspsychologie hat sich den Problemen zu stellen, die mit dem gesellschaftlichen, technologischen und wirtschaftlichen Wandel verbunden sind. Was bedeutet die Tatsache für sie, daß Arbeit neu definiert werden muß? Die in diesem Buch gegebenen Antworten eröffnen neue Perspektiven für Theorie, Methodologie und Arbeitsorganisation.

Asanger Verlag GmbH, Bölldorf 3, 84178 Kröning, Tel: 08744 7262, Fax: 08744 967755
e-mail: hof.boeldorf @ t-online.de, Internet: www.asanger.de