



Warum Glück so essenziell wichtig für uns ist

- Gute Laune ist **ansteckend**. Wir kommunizieren auf vielen Ebenen, auch unbewusst. Mein Gegenüber spürt das und reagiert, in der Regel, mit Anpassung – eben auch ein bisschen **mehr mit guter Laune**. Evolutionär war es wichtig sein Gegenüber zu imitieren.
- Wir sind generell kreativer, wir **denken vernetzter**.
- Unsere „Ausstrahlung“ verändert sich. Wir sind aufrechter, wirken attraktiver, sympathischer und vertrauensvoller. Das wiederum **stärkt unsere sozialen Kontakte**.
- Wir leben mehr unsere **Stärken** aus.
- Wir sind **konzentrierter** und begeisterter in Arbeitsprozesse eingebunden/involviert (kann im beruflichen, Hobby und privaten Konsens stattfinden).
- Unsere **Wahrnehmung** wird geschärft.
- Mit einer positiven Grundhaltung sind wir **kreativer** in der Lösungsfindungen von Problemen.
- Unser Körper reagiert neurobiologisch. Unter anderem wird unser **Immunsystem gestärkt**.
- Unser **Selbstbewusstsein** wächst.
- Unser Körper reagiert neurobiologisch. Unter anderem wird unser **Immunsystem gestärkt**. ● Wir können kraftvoller, fordernden Situationen begegnen und damit **handeln**.