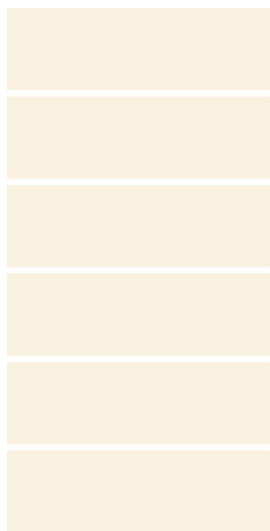




Knowledge is expensive,
but realise what stupidity can cost you!



HAPPINESS ... (deel 2)



Hier **deel 2** van het seminarie over "Happiness" gegeven door Leo Bormans... Geluk, zo zegt men al eens, zit in "de kleine dingen". Hopelijk geeft deze kleine bijdrage ons wat inzicht op het "gelukkig zijn".

Op het einde van deze bijdrage de samenvatting van jarenlange studie over geluk in "twee woorden" !

In **deel 3** krijgt u **25 FEITEN** (tips) waarvan men weet dat ze uw geluk een **BOOST** kunnen geven... Happy?

Reclame en Happiness



Reclame jongens (psychologen) zijn erg druk begaan met het gevoel van "Happiness". Het weten wanneer de consumenten **gelukkig** zijn, is natuurlijk van groot belang. **Happy mensen kopen immers meer... en als de producten dit uitstralen dan kunnen mensen zich hiermee associëren .** **Coca Cola** is een bedrijf dat mede door haar marketing er in slaagt om aan de top te blijven! Nadat zij jaren een

afbeelding gebruiken waarop het woordje "Enjoy" stond hebben ze recentelijk omgevormd naar "**open-Happiness**" en dit omdat ze ontdekt hebben dat "**HOOP en HAPPINESS**" de twee belangrijkste begrippen zijn voor hun consumenten. Open-Happiness probeert de twee begrippen te combineren en als je een flesje opent dan...



Lipton Ice tea doet er niet voor onder... niet **THINK** maar **DRINK POSITIVE**



SMILE ;o)



Glimlachen, ook als is het **gemaakt**, doet wonderen. Je moet het eens proberen ... nodig iedereen in je omgeving eens uit om een spelletje mee te spelen én om 30 seconden te lachen. Dus letterlijk, met of zonder (tegen)zin, je lippen omhoog trekken en een smiley bekje op te zetten.

En probeer nu eens aan iets **NEGATIEF TE DENKEN... !**



90% van de mensen kunnen **NIET NEGATIEF** denken als ze **LACHEN ...**

Veel reclame van horloges zouden afgebeeld worden met de cijfers op 10 na 10... ja, hoor een smiley !



Met deze bijzondere kennis kunnen we toch al wat aanvangen! Doen jullie mee? **Zelfsturing** is bijzonder belangrijk!



INTERN gemotiveerde mensen

Elke organisatie, elke mens zou zich moeten omringen met **“INTERN”** gemotiveerde mensen. Waarom? Omdat zij een manier hebben om in wat ze doen, wat ze zijn ... zichzelf (INTERN) weten te motiveren om iets te doen, om iets te zijn, enz...

Hoe worden mensen gemotiveerd?

1. Ze hebben een **grote vorm** van **AUTONOMIE** m.a.w. ze worden of voelen zich niet gecontroleerd.
2. Hun **competentie** wordt **BELOOND!**
3. Ze **verlangen** en zoeken naar **VERBONDENHEID** (ze willen samen zijn, samen werken... samen)

Happiness ... (deel 2)

21-10-2013 pag. 2

Kinderen en computerspelletjes ?? Uit studie blijkt de onze kinderen héél erg **INTERN GEMOTIVEERD** zijn bij het spelen van computerspelletjes! **Waarom ? 1)** ze zijn **AUTONOOM** (alleen) bezig. **2)** Hun competentie wordt dadelijk beloond en kunnen bv. naar het volgende level en **3)** via internet kunnen ze verbonden zijn in hun spel...

Opnieuw kennis waar bv. het onderwijs toch wel iets mee zou kunnen doen! Wat denkt je?

“I love people who make me laugh. I honestly think it's the thing I like most, to laugh. It cures a multitude of ills. It's probably the most important thing in a person.”
-Audrey Hepburn



Strand, Palmbomen, en zo meer ... !?

De meest gelukkige landen in de wereld - volgens de **WORLD HAPPINESS INDEX** van de Verenigde Naties - zijn **NIET** de landen met “strand en Palmbomen” ! Maar het zijn landen zoals Denemarken, Noorwegen, Zwitserland... België zakte in de ranking en belandde op de 21^{ste} plaats.

| Ranking of Happiness: 2010-12 | |
|-------------------------------|---------------------|
| 1. | Denmark (7.693) |
| 2. | Norway (7.655) |
| 3. | Switzerland (7.650) |
| 4. | Netherlands (7.512) |
| 5. | Sweden (7.480) |
| 6. | Canada (7.477) |
| 7. | Finland (7.389) |
| 8. | Austria (7.369) |
| 9. | Iceland (7.355) |
| 10. | Australia (7.350) |

HOEZO zijn deze landen gelukkiger ??? Twee antwoorden!

1. **VERTROUWEN** (de inwoners vertrouwen hun overheid)
2. **GELIJKHEID** van én onder de mensen

België kan hier nog een puntje aanzuigen ! Het vertrouwen in onze overheid is immers al lang weg én ongelijkheid is alom aanwezig in de wetgeving !

Het rapport maakt de ranking op aan de hand van een reeks factoren zoals BNP, vrijgevigheid, keuzevrijheid, sociale zekerheid, ... Het rapport is dan ook rijk aan gegevens en cijfers. Toch zijn er nog meer conclusies te trekken. National Geographic nam het rapport er bij en kwam tot **vijf interessante conclusies**.

1. Meestal is rijk zijn geen slechte zaak.
2. Toch! Hoe rijker, hoe meer problemen.
3. Arm zijn in Europa, is geen pretje!
4. Mooi weer is géén garantie voor geluk.
5. Gelukkige mensen rijden met de fiets - vrijwillig!



Droom ?

Inderdaad DROOM ... “Voor wie met **VERSTAND DROOMT** is het verste doel bereikbaar...” Ik moet toen 18 jaar geweest zijn toen ik deze tekst kreeg én dromen doe ik nog steeds... Gelukkig maar want, dromen /verlangen draagt bij tot geluk !



Man - Vrouw ?

Vrouwen zouden **IETS gelukkiger** zijn dan mannen ! Vooral in landen waar ze gelijk behandeld worden ! Er is dus nog wel wat werk aan de winkel .

En nu, voor **de nieuwsgierigen** onder ons, de **twee belangrijkste woorden** die bijdragen tot het geluk volgens onze professor waar ik over vertelde in het 1^{ste} deel!

Deze magische woorden zijn: **ANDERE - MENSEN**

Eenzaamheid is het grootste probleem en maakt mensen **doodongelukkig!** *Afwezigheid* van anderen om ons heen = **DE HEL...** *angst om alléén te komen staan* maakt ons ziek!

If you want **happiness** for an hour - take a nap.

If you want happiness for a day - go fishing.

If you want happiness for a month - get married.

If you want happiness for a year - inherit a fortune.

If you want happiness for a lifetime - **HELP SOMEONE ELS.**

Bron en inspiratie: voordracht Leo Bormans - deel 2

Happiness ... (deel 2)

21-10-2013 pag. 4



Eddy Claesen

Overnemen & Overlaten - Overnamecoach
Family Business Advisor - Mediator
Accountant - Tax Consultant

Kuilenstraat 16 • B-3600 Genk
tel.: +32 89 32 91 10 • fax: +32 89 32 91 19
eddy.claesen@claesen.be • www.claesen.be