

Wege zum Glück zur Chefsache erklären

Menschen müssen wissen, wie sie innere Ruhe und Intuition stärken. Nur so können sie glücklich und noch kreativer sein. Unternehmerin Christine Stibi folgt dieser Überzeugung seit fünf Jahren und verhilft mit dem Wiesbadener Glückstag, dem Glückspfad und mit „Auszeiten“ in der Natur Teilnehmer:innen zu neuer Kraft, Leichtigkeit und Souveränität im Alltag.

Eventmanagerin **CHRISTINE STIBI** war jahrelang erfolgreich in der Organisation internationaler Projekte im Reitsport tätig. Vor allem in der arabischen Welt. Längere Zeit lebte sie in Abu Dhabi und Ajman (VAE). Sie organisierte Sportveranstaltungen, Begegnungen und interkulturellen Austausch. Doch 2016 erlebte sie durch Zufall, wie schnell ein Menschenleben enden kann. Während eines Krankenhausaufenthalts verstarb unerwartet ihre Zimmernachbarin. Das brachte sie zum Nachdenken: „Mir wurde klar, dass in Deutschland in erster Linie Wirtschaft, Wachstum und Status zählen. Doch wir fragen zu selten nach dem, was wirklich wichtig ist, nämlich Glück“, erläutert sie. Sie entschloss sich zu einer einjährigen beruflichen Auszeit, die sie dafür nutzte, uraltes Wissen zu studieren. Auch absolvierte sie eine Ausbildung als Yoga- und Meditationslehrerin und lebte einige Zeit in einem Ashram. „In Indien gibt es das Schulfach ‚Glück‘. In den USA steht der ‚Pursuit of Happiness‘ sogar in der Verfassung. Aber wann ist Glück bei uns ein Thema? Fast nie! Vor allem nicht in Unternehmen. Es gibt Gesundheitsbeauftragte und Facility Manager usw. Dabei sollten doch besonders die unverzichtbarsten Zukunftskompetenzen - nämlich was uns kreativ,



Peter Wolf

leistungsstark zuversichtlich und glücklich macht – am meisten gefördert werden.“

Um dem Glücks-Notstand zu begegnen organisierte Christine Stibi mit Sponsoren 2018 den ersten Glückstag in Wiesbaden. Die Veranstaltung, bei der viele Glücksprojekte angestoßen werden, findet seitdem jährlich am 25. September statt, ab 2023 auch in anderen Regionen und in Unternehmen. Zudem bietet sie Vorträge und Workshops rund ums Thema Glück an. Unterstützung findet Stibi durch Kooperationspartner wie der IKK Südwest, Henkell-Freixenet oder der CBS Mainz. „In Gesprächen spüre ich ein großes Interesse am Thema Glück und eine Offenheit, sich damit zu befassen“, erklärt sie.

Mit ihrem „Mentalen Sport und Bewegungspfad“ (Glückspfad) gibt sie im öffentlichen Raum Impulse zum Innehalten und zum Auftanken. Die Übungsschilder stehen in Wiesbaden an Schulen, vor Seniorenheimen, im Klinikpark oder entfalten ihre Wirkung als Pop Up-Version auf Events. Der Mentale Sportpfad wurde 2022 mit dem Preis für Innovation und Nachhaltigkeit ausgezeichnet.

Damit Menschen Zugang zu ihrem Kreativitäts- und Kraftreservoir finden können, bietet Christine Stibi seit Kurzem „Auszeit“ Retreats an. Das sind Einzel- und Team Workshops im eigens gestalteten Seminarhaus in Framersheim bei Alzey. „In dem naturnahen Resort gibt es Lagerfeuer und Meditation statt Social Media, sowie Schwimmen im großen Salzwasserschwimmbecken, Sauna und Breathwork als Booster fürs Immunsystem. Ziel ist das Erlangen der vier R: Relax-Refresh-Reflect und Reconnect und das Fördern eines Paradigmenwechsels: Wenn wir vom Denken zur Wahrnehmung kommen, finden wir alle Antworten – nicht nur für den Berufsalltag, sondern für unsere gesamte Lebenswelt“, ist sie überzeugt. ■

Ann-Katrin Jaeger, IHK Wiesbaden, a.jaeger@wiesbaden.ihk.de