HSLU Hochschule Luzern

relax-concentrate-create

Agiles und nachhaltiges Ressourcenmanagement für Studierende

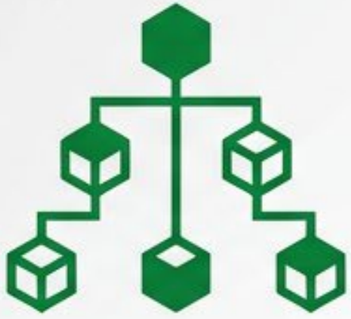
24. April 2026

FH Zentralschweiz

THE LIVING BLUEPRINT

DAS VORBILD BHUTAN.

GNH als radikales Gegenmodell zum reinen Wirtschaftswachstum. Ganzheitliche Inklusion von Natur- & Klimaschutz.



DIE METRIK DES GLÜCKS

Komplexe Messbarkeit des nationalen Wohlbefindens durch 4 Säulen, 9 Domänen und 33 Indikatoren.

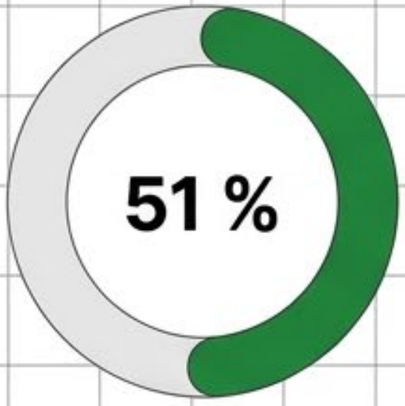
DER CAMPUS-TRANSFER.

Aktuelle Umfragedaten (n=74) belegen: Der Ruf nach GNH-Prinzipien (Achtsamkeit, Gemeinschaft, Entlastung) ist enorm hoch.

	Bruttoinlandsprodukt (BIP/BNE)	Gross National Happiness (GNH)
Primäres Ziel	Quantitatives Wachstum	Qualitatives Wohlergehen
Erfolgsmessung	Rein finanzielle Bewertung	Ökologische, spirituelle und soziale Aspekte sind ökonomischen gleichwertig
Umgang mit Natur	Natur als ausbeutbare Ressource	Natur als geschütztes, unverhandelbares Fundament

„Wenn die Regierung kein Glück für ihr Volk schaffen kann, dann gibt es keinen Grund für die Existenz der Regierung.“

– Rechtskodex Bhutans, 1629



Der Landesfläche stehen unter **absolutem Naturschutz.**

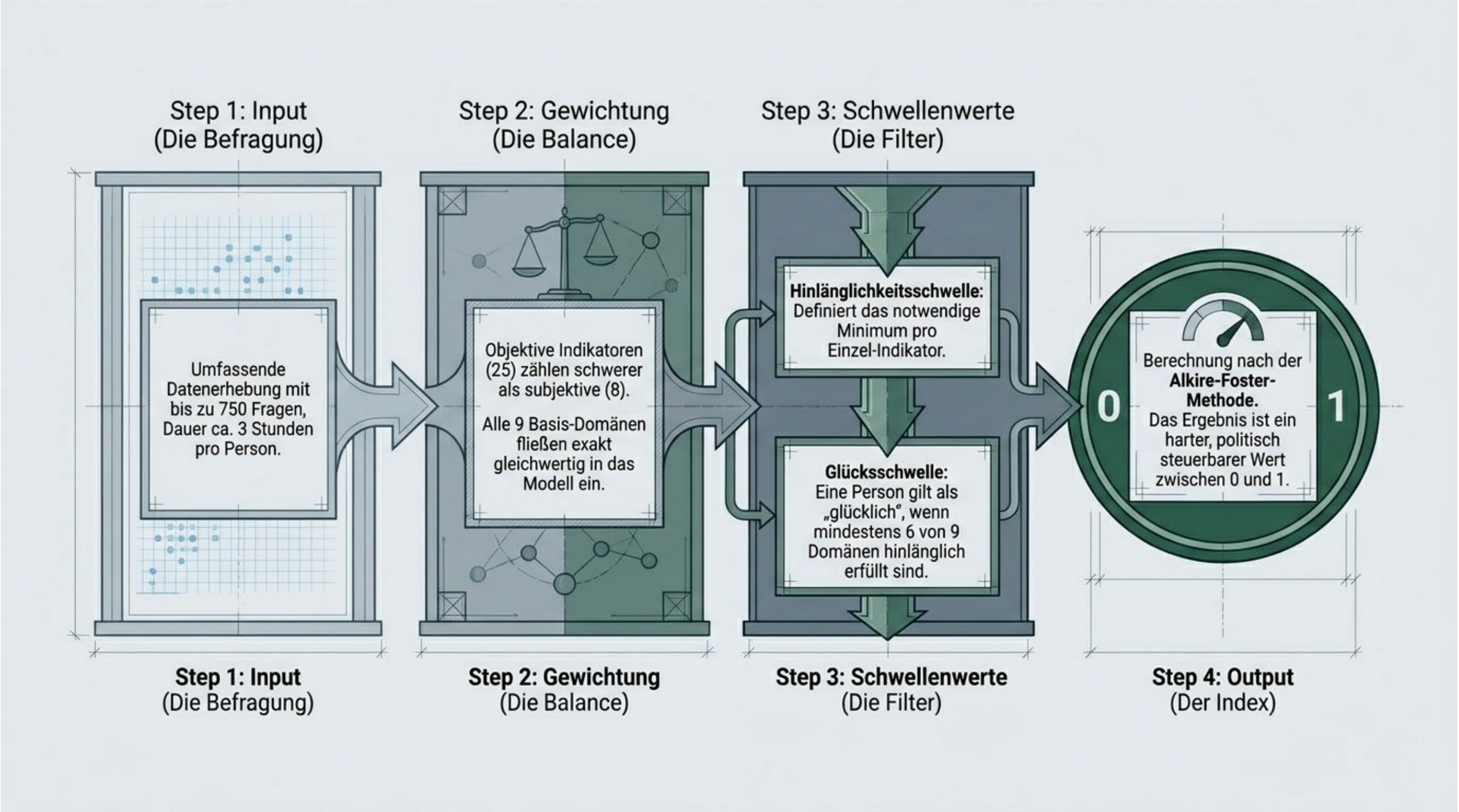
Verfassungsrechtlich verankerte **Mindestwaldfläche** (aktuell über 70 %).

Klimaneutralität. Bhutan ist das einzige vollständig klimaneutrale Land der Welt.

High Conservation Values (HCV)

IKI-finanzierte Raumplanung findet die Balance zwischen nachhaltiger Nutzung und dem Schutz enormer Artenvielfalt (u.a. 700 Vogel- und 200 Säugetierarten).

Statistische Definition von "Glück": Mind. 66 % der 33 gewichteten Indikatoren sind ausreichend erfüllt



Präzise, aber politisch steuerbar

Wahl der Dimensionen und Indikatoren: Die AF-Methode erlaubt es, Armut über verschiedene Dimensionen (z. B. Gesundheit, Bildung, Lebensstandard) zu definieren. Welche Indikatoren (z. B. Schulbesuch oder Qualität des Schulunterrichts) ausgewählt werden, ist eine politische Entscheidung und bestimmt, wer als "arm" gilt.

Festlegung der Armutsgrenzen (Deprivation Cut-offs): Es muss definiert werden, ab wann ein Haushalt in einem bestimmten Indikator als "depriviert" (unterversorgt) gilt. Diese Grenzwerte sind oft flexibel und können angepasst werden, um Armutsquoten zu erhöhen oder zu senken.

Gewichtung der Indikatoren: Die Methode erfordert, dass Dimensionen und Indikatoren Gewichtungen erhalten (z. B. wird Gesundheit höher gewichtet als Wohnstandard?). Die Gewichtsverteilung beeinflusst das Endergebnis massiv.

Zweite Armutsgrenze (K-Wert): Die Methode nutzt eine zweite Schwelle, um festzulegen, wie viele Deprivationen eine Person aufweisen muss, um als "multidimensional arm" zu gelten (z. B. Armut in 30% oder 50% der gewichteten Indikatoren). Die Wahl dieses k-Wertes ist politisch variabel.

Datenverfügbarkeit und Auswahl: Die Wahl der Datengrundlage (Umfragen) und der Zeitfenster für die Daten kann Ergebnisse beeinflussen.
Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die AF-Methode zwar ein sehr technisches und präzises Werkzeug ist, die grundlegenden Stellschrauben jedoch so ausgelegt sind, dass sie Ergebnisse liefern, die nationalen Prioritäten oder politischen Zielen entsprechen.

Die AF-Methode ist zwar ein sehr präzises statistisches Werkzeug, die grundlegenden Stellschrauben sind jedoch so ausgelegt, dass sie je nach Handhabung Ergebnisse liefern können, die nationalen Prioritäten oder politischen Zielen entsprechen

Die 33 Indikatoren des GNH (Gross National Happiness)

Kategorie	Anzahl	Fokus
Subjektive Indikatoren	**8**	Gefühle, Zufriedenheit, Vertrauen, Wahrnehmung von Rechten.
Objektive Indikatoren	**25**	Bildung, Einkommen, Zeit (Schlaf/Arbeit), Gesundheitstage, Umweltfaktoren.

Die 33 Indikatoren des GNH (Gross National Happiness)

1. <u>Psychologisches Wohlbefinden (4 Indikatoren)</u>

- *Lebenszufriedenheit (Subjektiv)*
- *Positive Emotionen (Subjektiv)*
- *Negative Emotionen (Subjektiv)*
- *Spiritualität (Subjektiv)*

2. <u>Gesundheit (4 Indikatoren)</u>

- *Selbsteingeschätzter Gesundheitszustand (Subjektiv)*
- *Anzahl gesunder Tage im Monat (Objektiv)*
- *Körperliche/Geistige Behinderungen (Objektiv)*
- *Mentale Gesundheit (Objektiv/Klinisch eingestuft)*

3. <u>Zeitverwendung (2 Indikatoren)</u>

- *Schlafzeit (Objektiv)*
- *Arbeitszeit (Objektiv)*

Die 33 Indikatoren des GNH (Gross National Happiness)

4. <u>Bildung (4 Indikatoren)</u>
•*Schulbildung / Abschluss (Objektiv)*
•*Lese- und Schreibfähigkeit (Alphabetisierung) (Objektiv)*
•*Wissen (z. B. Verfassung, lokales Wissen) (Objektiv)*
•*Werte (Wahrnehmung von Ethik) (Objektiv/Wissensbasiert)*

5. <u>Kulturelle Diversität & Resilienz (4 Indikatoren)</u>
•*Muttersprachen-Kenntnisse (Objektiv)*
•*Handwerkliche/Traditionelle Fähigkeiten (Objektiv)*
•*Teilnahme an kulturellen Festen (Objektiv)*
•*Einhaltung von Verhaltensregeln (Objektiv)*

Die 33 Indikatoren des GNH (Gross National Happiness)

6. <u>Gute Regierungsführung (4 Indikatoren)</u>
- *Wahrnehmung der Regierungsleistung (Subjektiv)*
- *Wahrnehmung der Grundrechte (Subjektiv)*
- *Zugang zu staatlichen Dienstleistungen (Objektiv)*
- *Politische Teilnahme/Engagement (Objektiv)*

7. Gemeinschaftsvitalität (4 Indikatoren)
- *Soziale Unterstützung (Spenden/Hilfe) (Objektiv)*
- *Zugehörigkeitsgefühl zur Gemeinschaft (Subjektiv)*
- *Zustand der Familie (Objektiv)*
- Sicherheit (Kriminalitätsrate) (Objektiv)

Die 33 Indikatoren des GNH (Gross National Happiness)

8. <u>Ökologische Diversität & Resilienz (4 Indikatoren)</u>

- *Umweltverantwortung (Wahrnehmung der Pflichten) (Objektiv/Einstellung)*
- *Wildtierschäden (Einfluss auf Landwirtschaft) (Objektiv)*
- *Lokale Umweltprobleme (Objektiv)*
- *Aufforstungsmaßnahmen / Baumbestand (Objektiv)*

9. <u>Lebensstandard (3 Indikatoren)</u>

- *Haushaltseinkommen (Objektiv)*
- *Vermögenswerte (Besitz) (Objektiv)*
- *Wohnqualität (Infrastruktur) (Objektiv)*

ENTWICKLUNG 2010 VS. 2015

GNH-Index stieg von 0,743 auf **0,756**.

Anteil der „Allgemein glücklichen“ Menschen stieg auf **43,4 %**.

DEMOGRAFIE-TRENDS 2015

STADT VS. LAND

Stadtbewohner: **55 %** glücklich

Landbevölkerung: **39 %** glücklich

GESCHLECHT

Männer: **51 %** glücklich

Frauen: **39 %** glücklich

BILDUNG & BERUF

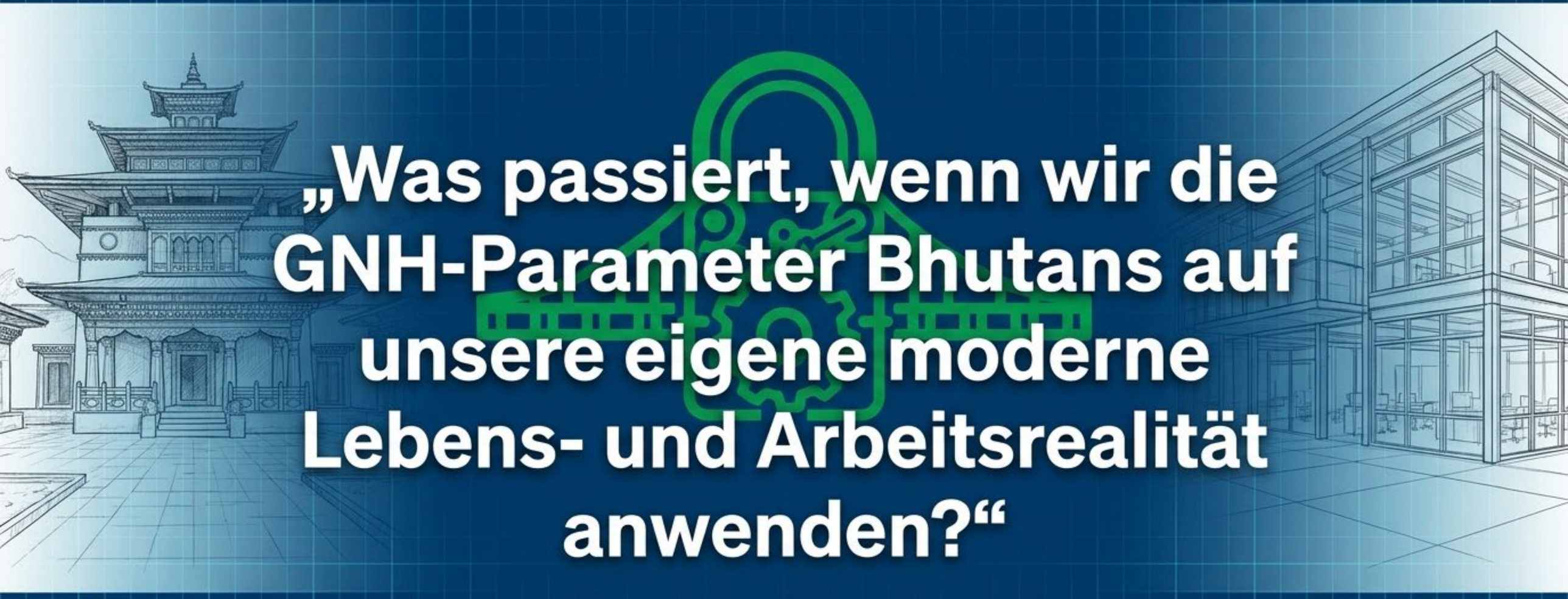
Beamte am glücklichsten (**72 %**), **Landwirte** am unglücklichsten (**33 %**).

Klarer **Aufwärtstrend des Glücks** mit steigendem Bildungsgrad.

Methodik: Die Datenerhebung (Alkire-Foster-Methode) identifiziert präzise Mangellagen und ermöglicht zielgerichtete politische Maßnahmen für die „noch-nicht glücklichen“ Bevölkerungsgruppen.

Aktuellster Stand 2022

Jahr	GNH-Index (0 bis 1)	Anteil der "glücklichen" Menschen
2010	0,743	40,9 %
2015	0,756	43,4 %
2022 (Aktuellster Stand)	**0,781**	**48,1 %**



„Was passiert, wenn wir die GNH-Parameter Bhutans auf unsere eigene moderne Lebens- und Arbeitsrealität anwenden?“

Einführung der aktuellen Campus-Umfrage (n=74). Ein Spiegelbild unserer eigenen Domänen.

DIGITALE BELASTUNGSFAKTOREN

DAS WAHRE DEFIZIT

Der Stress entsteht nicht durch mangelnde Technikkompetenz (Systemwechsel erzeugt kaum Stress), sondern durch permanente Reizüberflutung und den Zwang zur Erreichbarkeit.

Der Bedarf (Technostress)

ARCHITECTURAL AESTHETIC

Starkes Bedürfnis nach Abgrenzung von dem digitalen Grundrauschen.

Die Lösungen (laut Umfrage)

ARCHITECTURAL AESTHETIC

- **Achtsamkeits- und Entlastungsformate** im Alltag (Zustimmung **Ø 3.16**)
- **Feste Fokuszeiten** ohne Smartphone (**Ø 3.07**)
- Forderung nach **medienfreien Unterrichtsslots** und **Offline-Materialien.**

Adaption Säule 1: Psychisches Wohlbefinden verlangt in der modernen Welt zwingend **bewusste Pausen** und **designte analoge Rückzugsorte.**

ZENTRALER FINDING: DIE BEDEUTUNG DER GEMEINSCHAFT

Gemeinschaft hilft signifikant bei Belastungen **(Ø 3.50)**

Gemeinschaft als primärer Resilienzfaktor

Soziale Unterstützung im Alltag ist extrem wichtig **(Ø 3.30)**

Statistische Signifikanz: Die extrem geringen Standardabweichungen (**σ 0.69** und **σ 0.74**) belegen eine massive Homogenität. Gemeinschaft ist kein Randthema, sondern das **absolute Kernbedürfnis** der gesamten Kohorte (n=74).

The Living Blueprint

Der Holistische Campus

Sichtbarmachung und Wertschätzung von sozialen Beiträgen (Ø 3.28), nicht nur Leistung und Output.

Gewünschte Anerkennung (Do's)

- Ruhe- und **Achtsamkeitsangebote (51,4 %)**
- Kleine persönliche Wertschätzung (**36,5 %**)
- Symbolische Anerkennung (**27,0 %**)

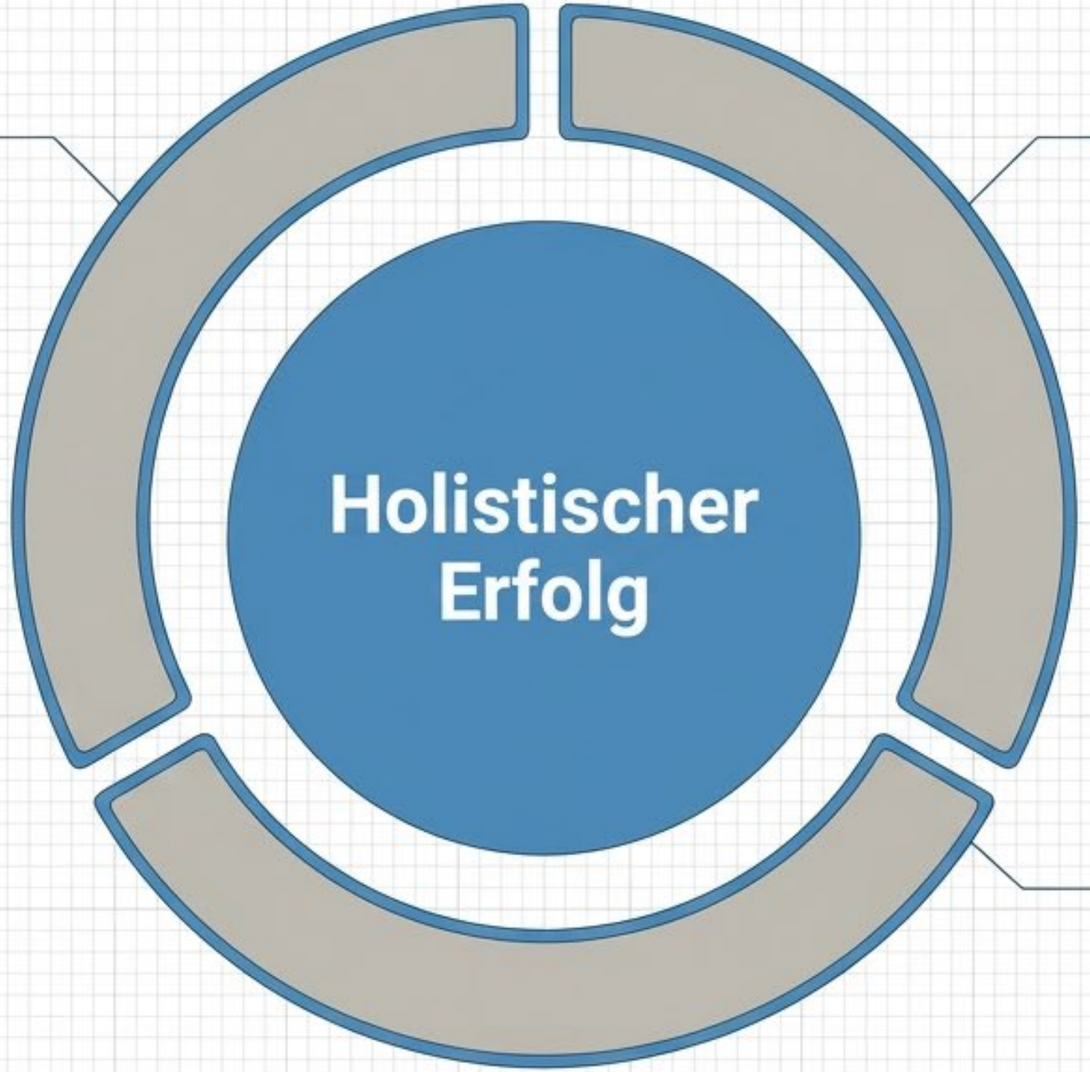
Bedingung: Absolute Freiwilligkeit (Ø 3.54)

Die No-Gos (Don'ts)

- ✕ **Leistungsdruck** (Kategorische Ablehnung: **Ø 3.70**).
- ✕ **Ranglisten / Öffentliche Vergleiche** (Veto: **Ø 3.43**).

Geringste Streuung der gesamten Umfrage (**σ 0.67**) bei der Ablehnung von zusätzlichem Leistungsdruck.

Stand 20.04.26



Strukturierte Entlastung
(Analoge Rückzugsorte, dedizierte Fokuszeiten).

Gelebte Gemeinschaft
(Priorisierung sozialer Netzwerke vor toxischem Wettbewerb).

Ganzheitliche Anerkennung
(Wertschätzung von Fürsorge und sozialem Engagement, gekoppelt an absolute Freiwilligkeit).

Die Daten zeigen klar: Wir leiden an Reizüberflutung, nicht an Technikdefiziten. Der Campus der Zukunft muss Räume für analoge Resilienz designen.

Zusammenfassung der freien Äusserungen in der Befragung

Digitale Entlastung & Formate (Items 21 & 51)

Der "Handy-Zwang": Ein dominantes Thema ist die Abhängigkeit vom Smartphone für Logins (z.B. Multi-Faktor-Authentifizierung für Ilias/SAP). Dies wird als Barriere für "Digital Detox" wahrgenommen, da man das Gerät für den Zugriff auf Studienmaterialien zwingend benötigt.

Wunsch nach Analogem: Viele Teilnehmende wünschen sich eine Rückkehr zu Papierunterlagen, physischen Büchern und medienfreien Unterrichtssequenzen, um das Gehirn zu entlasten.

Struktur & Organisation: Die Belastung resultiert oft aus einem "Informationsschwall" (viele Mails, unübersichtliche Plattformen). Gefordert werden einheitliche Ablagesysteme und weniger digitale Kanäle.

Prävention als Modul: Es gibt den Wunsch, Angebote zur Belastungssteuerung fest in das Curriculum (ECTS) zu integrieren. Es wird häufig auf das rcc-Modul verwiesen.

Zusammenfassung der freien Äusserungen in der Befragung

Digitale Entlastung & Formate (Items 21 & 51)

Wunsch nach „Papier-Inseln“: Es wird explizit vorgeschlagen, Unterrichtssequenzen komplett ohne Laptop durchzuführen und Unterlagen wieder physisch abzugeben. Der „papierlose Campus“ wird hier als Widerspruch zur mentalen Entlastung wahrgenommen.

Stopp der Mail-Flut: Ein grosser Stressfaktor ist die ungefilterte Kommunikation. Es wird angeregt, keine Mails von Dozierenden oder der Organisation ausserhalb der Unterrichtszeiten zu versenden, um die „Akzeptanz von Nichterreichbarkeit“ zu fördern.

Alternative Prüfungsformen: Um den Bildschirmstress zu reduzieren, kam der Vorschlag, schriftliche Semesterleistungen vermehrt durch mündliche Leistungen zu ersetzen.

Strukturelle Filter: Es wird eine „Anlaufstelle für IT-Probleme“ oder eine bessere Einführung in komplexe Software (z. B. CAD) gewünscht, damit der Frust über die Technik die eigentliche Arbeit nicht blockiert.

Zusammenfassung der freien Äusserungen in der Befragung

Attraktive Mehrwerte & Wertschätzung (Items 42 & 53)

Ruhe als höchstes Gut: Der Zugang zu exklusiven Ruhe- und Achtsamkeitsräumen wird als attraktivster Mehrwert bewertet (51.4%). Es fehlen am Campus Rückzugsmöglichkeiten, um einfach mal "die Augen zu schliessen".

Persönlich vor Materiell: Bevorzugt wird ein ehrliches, direktes "Danke" oder kleine persönliche Gesten (Kaffeegutscheine, Karten). Materielle Grossgeschenke oder Geld werden eher abgelehnt.

Gemeinschaft: Anlässe, die den Austausch fördern (Studi-Partys, Community-Events), werden geschätzt, da gemeinsam vieles leichter fällt.

Alltags-Erleichterungen: Als konkrete Mehrwerte wurden Mensa-Gutscheine oder kleine „Goodies" wie Kaffee und Kuchen genannt. Auch der bevorzugte Zugang zu Modulplätzen wäre ein echter Anreiz.

Die Währung „Zeit": Es wird angeregt, Bewegungs- oder Entlastungsangebote auch während der Semesterferien aufrechtzuerhalten, da man erst dann die nötige Zeit findet, diese wirklich zu nutzen.

Echte statt „Pseudo"-Gesten: Wertschätzung muss laut Befragten „von Herzen" kommen. Eine handgeschriebene Karte oder ein ehrliches, persönliches Dankeschön wird deutlich höher bewertet als ein standardisiertes digitales Badge.

Zusammenfassung der freien Äusserungen in der Befragung

Risiken und No-Gos des Anerkennungskonzepts (Items 52 & 54)

Bedenken vor Überwachung & Ranking: Mehrere Teilnehmende ziehen drastische Vergleiche zu "Social Credit Systemen" (China) und lehnen jede Form von öffentlichem Ranking oder Wettbewerb strikt ab.

Intrinsische vs. Extrinsische Motivation: Es besteht die Sorge, dass "Gutes tun" durch Belohnungen entwertet wird. Hilfe sollte selbstverständlich sein und nicht für "Punkte" erfolgen.

Leistungsdruck: Jedes System, das den Eindruck erweckt, man müsse "noch mehr leisten", wird abgelehnt.

Der „Papiertiger"-Effekt: Es wird gewarnt, dass ein solches System nur neuen administrativen Aufwand erzeugt, der letztlich vom eigentlichen Studium/Arbeiten ablenkt.

Ausschluss-Gefahr: Ein massives No-Go ist es, Menschen von Basisangeboten (wie Ruheräumen) auszuschliessen, nur weil sie keine „Anerkennungspunkte" gesammelt haben. Solche Angebote sollten Grundrechte für alle sein.

Abwertung des Stillen: Es besteht die Sorge, dass Menschen, die im Stillen helfen und keine Selbstdarstellung betreiben, in einem solchen System unsichtbar bleiben und dadurch indirekt abgewertet werden.

Auf Basis der Umfrage-Ergebnisse in der Gruppe Fragen klären. Ergebnisse und Ideen bitte auf dem vorbereiteten Miro hinterlegen.

- **Überlastung:** Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck…)
- **Entlastung:** Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media…) oder gewisse Beiträge zu leisten?
- **Anerkennung - Form:** Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?
- **Anerkennung - System:** Welche Anerkennungsysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte die Anerkennung vergeben? Peers, Dozierende, System, Living Lab (Informatik)?
- **Angebote:** Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?
- **Werte/Bhutan:** Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

Gruppe 1

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)

- Müdigkeit, Lustlosigkeit
- zu viel Stress, zu viel Arbeit
- zu viel Druck, dem Druck nicht mehr gewachsen
- zu wenig Erholungszeit
- Anspannung im Körper
- Schlafstörung
- flache Atmung
- Appetitlosigkeit & Fressattacke
- konstanter Lärmpegel
- man verhält sich sensibler/schneller gereizt

Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- Zeit für sich selbst
- Kurzpausen
- Rückzugsmöglichkeiten
- Setting verändern
- Bewegung / Sport
- feste Zeitfenster (Homeoffice, Social Media)
- Aufgaben verteilen in Gruppen
- Dozierende berücksichtigen rcc-Modell

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- Likes, Kommentare etc...
- Austausch/ Worte
- Bargeld
- schriftliche Anerkennung
- Flexibilität der anderen Person in anderen Situationen (Entgegenkommen)
- ECTS

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungsysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- Likes
- Goodie
- Belohnung
- Wertschätzung
- Anerkennung und Wertschätzung von Allen Personen

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

- Erholung durch Alltagsgespräche/Humor während den Pausen
- Raumgestaltung
- Austausch mit den Peers, Gespräche über persönliches
- Arbeit in Kleingruppen /Kleinen Räumen
- Achtsamkeitsangebote: Durch einen rhythmisierten und kreativen Unterricht mit Praxisbezug (wie im rcc-Modul)
- rcc-Modul als Pflichtmodul
- Rückzugsorte
- Erholung während des Unterrichts: Blick aus den grossen Fenster in das Blaue
- Natur / Freiheit / Sonne / Pflanzen
- Erholung durch regelmässige 5-Minutenpausen
- rcc-Plattform mehr bekanntmachen

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- 33 Indikatoren mit Fokus auf Gesundheit
- Primäres Ziel inspirierend
- Wie setzt sich die arbeitende Bevölkerung zusammen?
- Wieviel Rolle spielt die Natur und die geografische Lage?
- Wie ist es zwischen Jung und Alt
- Wie verteilt sich die Bevölkerung Stadt vs Land? Bäuerlich vs Städtisch

Gruppe 2

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)

- Quantität über Qualität
- Zunehmender Leistungsdruck
- Zu viele Aufträge
- Mindernde Motivation
- Vergleiche mit anderen
- Selbstkritisches Denken
- Körperliche Symptome (Migräne, Schlafmangel)
- Resignieren

Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- Verzicht auf Social Media, doomscrolling
- Zeit mit Freunden aktiv nutzen
- Aktivpause
- Langweile aushalten
- Nein sagen
- Zeit effizient nutzen
- Vergleiche/Ansprüche an sich selbst minimieren
- Prioritäten setzen und einhalten

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- Positive Bestärkung von Aussen
- Erfolg
- Verständnis für nicht erreichbar sein
- Angepasste Studiengebühren (Vollzeit/Teilzeit)
- Credits

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungssysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- Alle Formen

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

- Reservierbare Gruppenräume
- Eine tatsächliche Dachterrasse, mehr Sitzgelegenheiten
- Laptop freien Unterricht - Unterricht im freien
- Mehr Kurzpausen
- Credits für Bewegungsmodul
- relax-Raum in dem ab und zu angeleitete Übungen stattfinden

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- Inspirierend dass 100% klimaneutral
- Wie ist Glück messbar?

Gruppe 3

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)

- Zu viele Termine/Aufgaben auf einmal
- Persönlicher Leistungsdruck
- Ständige Erreichbarkeit und die Erwartung erreichbar sein zu müssen
- Bei Überlastung wenig Energie vorhanden
- Sozialer Druck = allen "gerecht" werden
- Medienkonsum und das "nicht abschalten können"

Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- Medienkonsum als Belohnung in Überlastenden Situationen
- Abgrenzung zwischen verschiedenen Domänen im Alltag
- Kombination von Sport und Medien
- Dozierende stimmen sich bei Aufträgen ab
- Priorisierung der Tätigkeiten/Aufgaben
- Klare Zeitfenster setzten, wann, was geplant wird

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- Verbale Anerkennung von Dozierenden für den Modultag/das Besethen eines Moduls/des Semesters
- Personen im Umfeld "Ich verstehe, dass du gerade viel los hast" = Bestätigung fürs nicht "Erreichbar sein"

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungsysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- Bewertungssystem => Leistungsdruck
- Leistungsnachweise konstruktiv bewerten
- persönliches Feedback
- Annerkennung darf jede*r verteilen/abgeben (Gegenseitig und Niderschwellig)

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

- Liegestühle
- Ruheraum
- Fixe, geregelte Pausen
- Mediationsraum frei zugänglich und zu festen Zeiten Meditation, angeleitet von Herrn Doark

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- Das Leben im Dorf vs. das Leben in der Stadt
- Digitale Welt und der Zugang dazu
- Wie leben die jungen Menschen in Buthan? Sehen sie das gleich?
- Förderung der Gemeinschaft / community Work am Campus
- Inspirierend und schön umgesetzt, aber wie lässt sich ihre Lebensphilosophie auf den Rest der Welt übertragen?
- Wie wird Glück gemessen?
- Meditation und förderung der Wertschätzung über das was man im Leben hat

Gruppe 4

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)

Mentale Überforderung
→ "Zu viel im Kopf"
→ Ständiges Grübeln (Ich muss noch..., ich sollte noch..)
→ Konzentrationsprobleme, schnelle Ablenkbarkeit
→ Gefühl von Kontrollverlust und innerer Unruhe
→ Entscheidungsschwierigkeiten, selbst bei kleinen Dingen

Permanente Erreichbarkeit und digitaler Druck
→ V.a. durch Handy und Social Media
→ Gefühl, immer Antworten zu müssen
→ Stress, wenn Nachrichten unbeantwortet bleiben (auf beiden Seiten)
→ Vergleichsdruck durch Social Media
→ Keine klaren Grenzen zwischen "On" und "Off"

Sozialer Druck und Erwartungen
→ Studium/Arbeit: Leistung bringen
→ Familie/Freunde: verfügbar sein, emotional unterstützen
→ Gesellschaft: "produktiv" und "erfolgreich sein

Zeitdruck und Erwartungen
→ Viele Aufgaben gleichzeitig (Deadlines, Abgaben, Termine)
→ Kaum Pausen oder echte Freizeit
→ Ständiges Wechseln zwischen Aufgaben

Körperliche Signale
→ Verspannungen
→ Kopfschmerzen
→ Müdigkeit
→ innere Unruhe
→ Schlafproblem/Herzklopfen

Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- klare Aufgaben, die man 'abhacken' kann
- Pausen besser nutzen (evtl. ein Muss) - ohne Scrollen
- Grenzen Arbeit, Studium und Privat besser -> Einschränkungen erreichbarkeit durch Institution
- kleiner Verzicht ist realistischer als ein grosser (min statt h)
- Fokusmodus beim Handy
- Tools für ToDo Listen (digital wie auch analog)
- besser Aufklärungsarbeit & Regulierung zu SoME und Co. in frühem Alter
- Sport/Freizeit
- in den Haupt-Pausen in einem Raum ein freiwilliges Abgebot zu einer angeleiteten relax-Übung

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- keine „Belohnung" im Sinne von Punkten/Badges, sondern persönliche Wertschätzung
- Form: eher mündliche Anerkennung im Alltag (z.B. kurze, konkrete Rückmeldung durch die Dozierenden/ Mitstudierenden).
- Art: benennen, was positiv aufgefallen ist (z.B. Engagement, Unterstützung von Peers, Übernahme von Verantwortung), verbunden mit ehrlichem Dank
- Kein Bedarf an zusätzlichen digitalen oder analogen Anerkennung

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungsysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- Passend wäre für uns eher der Oberbegriff Wertschätzung, verstanden als Haltung und Kommunikation, nicht als „Objekt" oder Symbol
- Anerkennung sollte nicht über ein System (Plattform, App etc.) verteilt werden, sondern im direkten Kontakt stattfinden
- jeder darf Anerkennun g vergeben

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

- Rückzugsorte
- Reset zwischen zwei Vorlesungen
- Kurzinput zu Thema (evtl. in der Mittagspause) inkl. relaxübung oder Achtsamkeitsübung
- Zum Einstieg in den Unterricht Meditation wie im rcc-Modul
- outdoor Ruheorte
- Einzelne Element aus dem rcc-Modul

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- Fremd
- Wirtschaft und Umwelt ganz anders
- Sozialisation ganz anders, durch andere Werte (Wirtschaft,...)

Gruppe 5

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)

- Sozialer Druck
- gefühl durchgehend erreichbar zu sein
- Weltgeschehen
- soziale Medien

Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- Freizeitaktivitäten
- flexibelere Unterrichszeiten
- Sport
- Beziehungen
- Zeit
- Finanzielle Unabhängigkeit
- Ferien

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- Geld
- sympathisch wahrgenommen zu werden
- Credits fürs Studium
- persönliche Weiterentwicklung
- Gutschein
- Sinn
- Mehr Fehltage

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungssysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- Badge
- Token
- Spasspunkte
- Peers
- einsehbares Scoreboard
- Goldiges Emblem auf Ilias
- Ausgewählte Dozierende

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

- Ruheräume
- Töggelikasten
- Sofas
- Massagestühle
- Ein Raum in dem Achtsamkeitsübungen in einem Loop laufen mit der Stimme von Prof. Doerk (gibt es sogar schon auf der rcc-Plattform)
- Pool
- bequemere Stühle in den Lernwelten, Rückenlehne
- mehr Essmöglichkeiten und Mikrowellen

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- Natur schützen
- Begrünung
- Messbares Glück
- Gesundheit

Auf Basis der Umfrage-Ergebnisse in der Gruppe Fragen klären. Ergebnisse und Ideen bitte auf dem vorbereiteten Miro hinterlegen.

- **Überlastung:** Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck…)
- **Entlastung:** Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media…) oder gewisse Beiträge zu leisten?
- **Anerkennung - Form:** Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?
- **Anerkennung - System:** Welche Anerkennungsysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte die Anerkennung vergeben? Peers, Dozierende, System, Living Lab (Informatik)?
- **Angebote:** Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?
- **Werte/Bhutan:** Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

Gruppe 1

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)

- Ständige Erreichbarkeit
- ständige To do Liste
- Information-flut (Weltgeschehen)
- ständiges Vergleichen
- Multitasking
- Schlechtes Gewissen: Gefühl, nie „fertig" zu sein
- keine Pausen, durchgehendes Arbeiten
- Kombination Studium + Arbeit + Privatleben
- keine Trennung privatleben/arbeiten

Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- Geld!
- Klare Trennung von Studium und Privatleben (auch räumlich)
- Aufgaben aufteilen/planen wann was machen
- Dozierende sollen sich untereinander abstimmen
- Realistische Erwartungen an sich selbst
- Feste Offline-Zeiten (kein Handy)
- erreichte Ziele aufschrieben, sich bewusst machen, weiviel man geschafft hat

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- Kleine Gesten (z. B. Kaffee, Gutschein)
- Feedback statt nur Noten
- Vernissage zur Anerkennung der geleisteten Arbeit

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungssysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- nicht Dozierende (zu voreingenommen evtl.)
- Anerkennung in Form von Flexibilität
- ects (z.B. wie social project)

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

- ruhige PLätze (campus perron als Vorbild, auch wenn dort ebenso nicht alles perfekt ist)
- grüne Aussenräume
- relax-Bereiche in dem die rcc-Mind-Tools genutzt werden können, oder für alle zur Verfügung stehen ohne auf die Plattformgehen zu müssen
- Klassenwechsel in 1.Klasse im Zug.
- Gutscheine zu Spa/Schwimmbad/Konzerten

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- gutes Ziel
- noch nicht priorität/viele leute profitieren vom aktuellen kapitalistischen system
- im vergleich zu den grösseren Wirtschaftsnationen vielleicht utopisch/nicht ganz realistisch/schwer vorstellbar
- nicht ganz greifbar im Alltag bei uns
- anderes politisches system in Bhutan
- wir lernen im rcc-Modul Aufmerksamkeitszyklen kennen, diese werden aber im Unterricht/Modulen nicht berücksichtigt

Gruppe 2

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)

- Zu viele parallele Deadlines (Prüfungen, Abgaben)
- Ständige Erreichbarkeit via WhatsApp/Mail.
- Sozialer Druck durch Vergleich mit Kommilitonen
- Mangelnde Pausen im Stundenplan
- Gefühl, nie „fertig" zu sein

Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- Alle dinge (unterrichts-material) auf derselben Plattform
- Dozenten sollen sich auch an Arbeitszeiten halten
- Analoger unterricht

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- Ein einfaches analoges danke reicht

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungssysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- Messbarkeit?
- wer hat Deutungshoheit?

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

- Ruheraum / Silence Zone auf dem Campus
- Achtsamkeits-angebote ausweiten (Hochschulsport, rcc-Modul integrieren)

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- Buthan ist äusserst fragwürdig als Referenzmodell
- Inspirierende Messeinheit Glück vs. BIP/Wirtschaftliches kapitalistisches Denken
- Im world happyness report der UN nur auf platz 97, Schweiz auf platz 10
- Bhutans Pressefreiheitsranking ist von Platz 33 (2022) auf Platz 152 (2025) abgestürzt

Gruppe 3

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)

- Freizeit einschränken
- Übermüdung, Nachtschichten
- Hobbys vernachlässigen
- viele parallel verlaufende Abgaben
- Vergleichen im Studium
- wir lernen im rcc-Modul, wie unser Organismus funktioniert, wenn er optimal lernt. Das wird in anderen Modulen aber kaum umgesetzt

Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- weniger Präsenzunterricht
- effizienter Stundenplan ohne tote Lücken
- Einheitliche Infoquelle (nicht Mail & Ilias &&&)
- Weniger Informationsschwall online seitens HSLU
- Auch analoge Fächer
- Stundenplan Ablgleich zwischen den Departamenten
- Schulzeiten mühsam (schon um 11 Uhr mittag / 1.5h mittag --> viel zu lange)

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- allgemein wertschätzende Haltung
- digitale Anerkennung ist keine Anerkennung, äussert man veröffentlicht z.B. ein Projekt eines/einer Student*in
- positive Feedbacks
- digital ist kontraproduktiv, wenn man gleichzeitig den digitalen Informationsfluss reduzieren will. Mündlicher Austausch bevorzugt
- wir lernen im rcc-Modul, wie unser Organismus funktioniert, wenn er optimal lernt. Das wird in anderen Modulen aber kaum umgesetzt
- Publikationen von guten Arbeiten / Modellen --> nicht nur eine

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungssysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- Peer to Peer
- Anerkennung durch konkretes System...schwierig, wenn konkrete Person Anerkennung vergibt (Hierarchie)
- Kein messbares System machen, eher freestyle
- Publikationen
- soll nicht wirklich wertend sein, sonst wird es wieder Vergleich geben

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

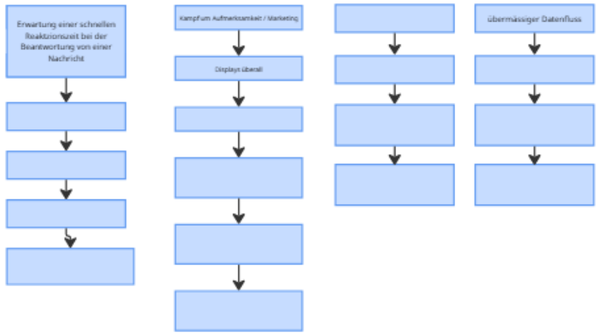
- Ruhe- und Erholungsangebote in Form von Räumen, die man aufsuchen kann (zu wechselnden Zeiten finden dort angeleitete Übungen statt rcc-Tools)
- Ruheräume mit Liegemöglichkeiten und rcc-Mind-Tools
- brauchbares Aussenraum mobiliar
- Plätze im Aussenbereich (für Pausen aber auch zum Arbeiten)

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- inspirierend, jedoch utopisch aber anstrebenswert
- im rcc-Modul haben wir bereits einiges kennengelernt, das an die in den Werten oder 33 Indikatoren enthalten ist

Gruppe 4

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)



Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- Verzicht auf Insta usw.
- "Handyfreie" Zeit einrichten
- Stundenpläne abgleichen innerhalb und zwischen den Depts.
- Natur, frische Luft , bewegung
- Unterricht in rcc-Rhythmus

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- Wertschätzendere Haltung gegenüber den geleisteten Arbeiten.
- nichts Materielles - Worte
- nicht digital!!! Kontakt mit Person

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungssysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- persönliches Feedback, mehr individuell

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

- Situation Horw: Ruheräume nicht für Studenten zugänglich
- Ruheräume in denen man in Zwischenstunden entspannen kann. Im Perron hat es keine Räume die spez. für das sind.
- Horw: ruhige Lernplätze rar
- Herr Doerk hat erzählt, dass es früher in Horw einen Ruheraum für Studierende gab, der zugunsten von einem Büro abgeschafft wurde

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- völlig andere Umstände. Um das in der Schweiz, umsetzen wären es utopische zustände.
- Inspirierend
- Das Thema nachhaltigkeit und Ressourcenmanagement kennen wir aus dem rcc.Modul

Gruppe 5

Frage 1 (Überlastung): Wie wird Überlastung konkret erlebt? (Situationen, Erreichbarkeit, sozialer Druck...)

- zu viele verschiedene Sachen zu tun (Studium, Hobbies, soziale Verpflichtungen,...)
- Koordination / Planung verschiedener Aufgaben
- Konstant erreichbar sein müssen
- zu viele verschiedene Programme die man benutzen können muss
- schlaflose Nächte (vor Projektabgaben)
- Gruppenarbeiten koordinieren (verschiedene Zeitpläne, Ansprüche,...)
- keine Rückzugsorte/ gemütliche Aufenthaltsorte am Campus

Frage 2 (Entlastung): Was würde euch «entlasten»? Und inwieweit seid ihr bereit, auf gewisse Sachen zu verzichten (Handy, Social Media...) oder gewisse Beiträge zu leisten?

- gute Planer (zum Termine koordinieren)
- technische Hilfe, wenn man mit Programmen überfordert ist
- Hilfsangebote für alles (ausserhalb des studiums, zb Steuern, Job suchen, ...)
- menschengerechter er / attraktiverer Campus (nöd hässlich (T&A), Ruheräume, bessere Lernplätze!)
- einheitlicheres System /Struktur wo Dateien abgelegt sind, wie sie angeschrieben sind, Bias an sich nicht schlecht aber momentan sehr unübersichtlich > einheitliche Nutzung alles Dozent*innen
- Vorlesungsfolien mit Textinhalt, falls man mal nicht dabei sein konnte
- möglichkeit an gewissen Vorlesungen online teilzunehmen oder aufnehmen zum nachher schauen
- Lernziele klar formuliert /Kommunizieren (Abgabebestand-teile klarer hinschreiben)

Frage 3 (Anerkennung - Form): Was würdet ihr euch konkret als «Anerkennung» wünschen? Wäre dies digital möglich oder sollte das anders erfolgen (und wie)?

- wir zweifeln ob Anerkennung etwas bringt, die bestehenden Strukturen müssten eher bessere Voraussetzungen schaffen
- Sternchen Sticker

Frage 4 (Anerkennung - System): Welche Anerkennungssysteme würden funktionieren (Token, Anerkennungszeichen, Badge, Wertschätzung, Zugang)? Wer dürfte Anerkennung vergeben (Peers, Dozierende, System, Living Lab)?

- Dozierende

Frage 5 (Angebote): Ihr wünscht euch Zugang zu Ruhe-, Erholungs- oder Achtsamkeitsangeboten. Wie stellt ihr euch das vor und wie passt das in den Campusalltag?

- Ruheraum mit genug Privatsphäre
- Meditationsangebot, Kurse am Campus (nicht Hochschulsport sondern direkt: am Campus, niederschwellige Angebote zb nur 20 Minuten über den Mittag, teils mit Anleitung, und teils ohne)
- Verschiedene Elemente aus rcc-Modul in normalen Unterricht integrieren
- mehr gemütliche Aussensitzplätze (Liegestühle)
- ach Viktor
- gemütliche Sitzorte /aufenthaltsorte (Sofas überall)

Frage 6 (Werte/Bhutan): Ist der Bezug zu Bhutan/GNH inspirierend oder fremd? Welche Elemente sind nachvollziehbar und was müsste erklärt werden, damit der Bezug glaubwürdig ist?

- Bezug zwischen den beiden ist nicht ganz nachvollziehbar
- gut, dass eine andere perspektive (nicht so westlich, auf Leistung fokussiert) aufgezeigt wird
- vielleicht konkrete Beispiele nennen, welche Massnahmen in Bhutan gemacht werden um Glück zu erreichen
- Wir sollten an der HSLU auch mehr ressourcenorientiert und nachhaltig denken und handeln