

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



## Prof Dr Mike Hoffmeister

Interkultureller Glücksforscher an der Ostfalia-  
Fakultät Wirtschaft, Campus Wolfsburg

*“Ich danke von ganzem Herzen der **Gesundheitsregion Wolfsburg** für die Übernahme der **Schirmherrschaft**, allen **Referentinnen und Referenten** sowie allen **Förderern**, dem **Ostfalia-Team** und dem **Rotary Club Gifhorn-Wolfsburg** sowie dem **Rotary Distrikt 1800** für das große Engagement.*

*Und last but not least danke ich **Frank Harmeling** als langjährigen Wegbegleiter für seine Unterstützung.*

*Dank Euch hat sich die Gesprächsreihe “Glück und erfülltes Leben” mittlerweile fest etabliert.*

*Wir konnten und werden weiterhin **Menschen inspirieren, ein glückliches und erfülltes Leben zu leben.***

*Ich freue mich auch ganz besonders, dass wir mit dieser Reihe bisher schon **20.000Euro für bedürftige Kinder und Jugendliche sammeln konnten.**”*

**Das ist Euer Verdienst!**

Euer *Mike*

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

## Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!

**Wir danken den Förderern für ihre großzügige Unterstützung mit Sach- und Geldspenden**

Schirmherrschaft:



Veranstaltungspartner und Pate:



in Kooperation mit



Förderer:



## Ziele / Konzept

- **Zielgruppe:** Die breite Öffentlichkeit in der Großregion Wolfsburg / Braunschweig / Wolfenbüttel / Hannover und sowie Studierende der Ostfalia und online im deutschsprachigen Raum.
- **Über aktuelle internationale wissenschaftliche Erkenntnisse der Glücksforschung informieren.**
- **TN zu motivieren bzw. zu sensibilisieren, ihr Leben aktiv zu gestalten.**
- **Tipps und Übungen zu vermitteln, um ein glücklicheres und erfülltes Leben zu führen.**
- **Junge Menschen zu inspirieren, ihre berufliche Laufbahn in Einklang mit ihren eigenen Werten und Lebenskonzepten zu bringen.**
- **Besseres Verständnis für das Miteinander zu vermitteln – gerade vor dem Hintergrund unterschiedlicher Kulturen, die in Deutschland leben.**
- **Thema Glücksforschung interdisziplinär betrachten – mit wechselnden Schwerpunktthemen, die mit Experten diskutiert werden (z.B. Erfolgreich scheitern, Zuversicht, Kraft schöpfen, Krisen meistern, Würde).**
- **Eintritt zur Veranstaltung ist kostenfrei; keine Anmeldung notwendig. Dafür sammeln wir Spenden für benachteiligte Kinder und Jugendliche.**
- **Gesprächsreihe wird jährlich als Hybridveranstaltung durchgeführt (Präsenz im Audimax Campus Wolfsburg; online über YouTube <https://www.youtube.com/@gluckunderfulltesleben4532>)**

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



Fotodokumentation der 10. Gesprächsreihe Glück und erfülltes Leben am 1. Oktober 2024 in Kooperation mit Rotary International. Rund 150 TN im Audimax und ca 200 OnlineZuschauer

Fotos: Matthias Leitzke



Fotos: Matthias Leitzke

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



erste Reihe von links:  
Prof Dr Mike Hoffmeister, Julia Müller, Kira Schlegel, Vizepräsident Prof Dr Thomas Benda, Minister  
Falko Mohrs, Prof Dr Judith Mangelsdorf  
zweite Reihe von links:  
Dekan Prof Dr Denis Royer, Joachim Franz, Stadtrat Jens Hofschröder, Rotary Präsident Ingo Krüger

**Fotos: Matthias Leitzke**

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

## Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



Fotos: Matthias Leitzke



**Fachvortrag „Würde, Wachstum und gesellschaftliches Potential“ von Prof Dr Judith Mangelsdorf, Direktorin der Deutschen Gesellschaft für Positive Psychologie in Berlin**



**Fotos: Matthias Leitzke**

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

## Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



Fotos: Matthias Leitzke

Prof. Dr. Mike Hoffmeister, Fakultät Wirtschaft, Campus Wolfsburg; Interkultureller Glücksforscher an der Ostfalia

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

## Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



Fotos: Matthias Leitzke

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

## Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



Fotos: Matthias Leitzke

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



Get Together; gemeinsamer Ausklang



Fotos: Matthias Leitzke

**WOLFSBURG**

# Zehn Jahre Glück: Das lehrt ein Glücksforscher

Die Veranstaltungsreihe „Glück & Erfülltes Leben“ mit Wolfsburger Glücksforscher wird zehn Jahre alt.

**Anna-Katharina Lendt**

**Wolfsburg.** „Mein Schlaganfall war eigentlich ein Glücksfall für mich.“ Eine Aussage, die auf den ersten Blick irritieren mag, für Mike Hoffmeister aber durchaus erklärbar ist. Sein gesundheitlicher Einbruch im Jahr 2014 hat den Professor für International Management an der Ostfalia Hochschule in neue Bahnen gelenkt. In einem Gespräch erzählte er uns mehr über sein Glück und über eine Veranstaltung, die zur Selbstreflexion ermutigen soll.

Vor seiner Professur war Mike Hoffmeister zwölf Jahre lang im internationalen Vertrieb der Volkswagen AG tätig und stand finanziell auf der sonnigen Seite des Lebens. Nun kann er jedoch sagen, dass das nicht alles ist: „Reichtum gibt eine gewisse Sicherheit. Es kann aber auch das Gegenteil bringen: Die Angst vor Raub, das Vermögen oder als Unternehmer die Verantwortung für die Mitarbeiter zu verlieren.“

Das innere Glück bereichert das Leben, davon ist Hoffmeister überzeugt. Dass sich der Wolfsburger Philanthrop dieses Lebenscredo zu eigen machte, ist in unserem Gespräch spürbar. Seine positive Ausstrahlung reiht einen mit. Sich manchmal neu erfinden ist Teil des Prozesses. So habe der gebürtige Wolfsburger gelernt, dass zum Glücklichein auch gehört: „Loslassen von alten Gewohnheiten, loslassen

von Projekten, loslassen von Personen, die einem nicht guttun. Ich habe eine Firma aufgegeben, bin nach Berlin gezogen“, erzählt er über die Folgen seines Schlaganfalls. Und diese Lehren gibt er nun weiter.

Seit dem Wintersemester 2018 initiiert Mike Hoffmeister die Ostfalia-Rotary-Gesprächsreihe „Glück und erfülltes Leben“, die Menschen dazu anregen soll, ihr Leben aktiver und bewusster zu gestalten. Am kommenden Dienstag moderiert er die inzwischen zehnte Ausgabe seiner Glücksveranstaltung unter dem Motto „Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten“.

Was es alles braucht, um das eigene, persönliche Glück zu finden,

soll bei diesem Jubiläums-Charity-Event gemeinsam diskutiert werden. Hier sollen vielfältige Perspektiven zusammenkommen, so Hoffmeister. Besonders wichtig sei es, das Potenzial jedes Einzelnen in verschiedenen Lebensbereichen zu erkennen und zu fördern. Mike Hoffmeister wird die Veranstaltung gemeinsam mit Frank Harmeling, Lehrbeauftragter an der Ostfalia, moderieren.

Nach einer Eröffnung durch Prof. Denis Royer (Dekan der Fakultät Wirtschaft), Jens Hofschröder (Stadtrat für Digitales und Wirtschaft der Stadt Wolfsburg) und Ingo Krüger (Präsident des Rotary Club Gifhorn-Wolfsburg) folgt ein spannender Impulsvortrag von Prof. Judith Man-

gelsdorf (Direktorin der Deutschen Gesellschaft für Positive Psychologie).

Unter den Diskutierenden sind Niedersachsens Minister für Wissenschaft und Kunst Falko Mohrs, Prof. Thomas Benda (Ostfalia-Vizepräsident für Lehre, Studium und Weiterbildung), Joachim Franz (Gründungsmitglied und Vorstandsvorsitzender von Be your own hero e.V.) sowie Kira Schlegel (Psychologin M.Sc., Action for Happiness Deutschland e.V.).

Mike Hoffmeister hofft auf ein bunt gemischtes Publikum: Jugendliche, Studierende, Senioren, Menschen aller Nationen. „Wir können viel von anderen Kulturen lernen.“ Durch seine internationale Tätig-

keit versteht sich Hoffmeister als interkultureller Glücksforscher. Seine zahlreichen Workshops, Vorträge und Seminare zu „Happiness at Work“ sowie Erfahrungen mit internationalen Arbeitsgruppen haben ihm gezeigt, wie unterschiedlich kulturelle Muster ausgeprägt sind. Dabei habe er viel gelernt, was er in Veranstaltungen wie dieser weitergeben möchte.

„Ich möchte gerne einen Beitrag für eine bessere Welt leisten. Wenn ich einmal gehe, was habe ich dann hinterlassen? Genau dieser Aspekt, etwas weiterzugeben, macht unheimlich glücklich.“ Zurzeit schreibt er an seiner Masterarbeit in positiver Psychologie. Seine Professorin, Prof. Dr. Judith Mangelsdorf aus Berlin, wird ebenfalls bei der Glücksveranstaltung zu Gast sein.

Die Veranstaltung findet am Dienstag, 1. Oktober, 18 bis 20 Uhr, in der Ostfalia Hochschule, Robert-Koch-Platz 5, im Audimax statt. Die Teilnahme ist kostenlos, Spenden für die Kinder- und Jugendarbeit in Wolfsburg sind willkommen. Der Rotary Club Gifhorn-Wolfsburg teilt mit, dass er jede Kleinspende verdoppeln werde. Die Gelder unterstützen zu 100 Prozent lokale Projekte wie die Jugend- und Drogenberatung DROBS und den Kinder- und Jugendschutz Wolfsburg.

Die Veranstaltung kann auch online verfolgt werden bei YouTube: <https://www.youtube.com/channel/UCT23axcesBLf3zxtiVVXXQJ>.



**Glücksforscher Mike Hoffmeister bei der Vortragsreihe „Glück und erfülltes Leben“ im Audimax 2019.**  
(Archiv) FRANK HARMELING/OSTFALIA

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!

## Wir danken allen Beteiligten für ihr Engagement.

### Eröffnung durch

- **Prof. Dr. Denis Royer**, Dekan, Fakultät Wirtschaft, Ostfalia
- **Jens Hofschroer**, Stadt Wolfsburg (Schirmherrschaft), Stadtrat für Digitales und Wirtschaft
- **Ingo Krüger**, Präsident, Rotary Club Gifhorn-Wolfsburg als Pate und Mitveranstalter

### Entwicklung der Gesprächsreihe *Glück und erfülltes Leben*

- **Prof. Dr. Mike Hoffmeister**, Interkultureller Glücksforscher an der Ostfalia

### Impulsvortrag

- **Prof. Dr. Judith Mangelsdorf**, Psychologin, Direktorin der DGPP Deutschen Gesellschaft für Positive Psychologie, Berlin

### Podiumsdiskussion aus unterschiedlichen Perspektiven

- Wissenschaft: **Prof. Dr. Judith Mangelsdorf**, Psychologin, Direktorin der DGPP  
**Prof. Dr. Thomas Benda**, Ostfalia Vizepräsident für Lehre, Studium und Weiterbildung
- Politik: **Falko Mohrs**, Niedersächsischer Minister für Wissenschaft und Kultur
- Soziales: **Joachim Franz**, Be your own hero e.V. ; [www.beyourownhero-ev.de](http://www.beyourownhero-ev.de)  
**Kira Schlegel**, Psychologin M.Sc., Action for Happiness Deutschland e.V.

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

## Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



# Wir sammeln Spenden für bedürftige Kinder und Jugendliche

### 1100 Euro für den Verein Kinder- und Jugendschutz



Ein F  
05  
für a

## Rotary-Club: 2000 Euro für Jugendarbeit in Wolfsburg

Gesprächsreihe „Glück und erfülltes Leben“: Spenden wurden aufgestockt

WOLFSBURG. Über eine Spende in Höhe von 2000 Euro können sich der Kinder und Jugendschutz Wolfsburg sowie die Drogen- und Jugendberatung Wolfsburg freuen. Die Spenden stammen von der öffentlichen Ostfalia-Ro Gesprächsreihe „Glück erfülltes Leben“. Statt der von 10 bis 12.30 Uhr im dimax-Gebäude D 0200 statt.

Udo Eisenbarth von der Jugend- und Drogenberatung. „Mit dem Spendenbetrag soll die wertvolle Arbeit für benachteiligte Kinder und Jugendliche

ten zu verhelfen“, fügte Ebb- ecke hinzu. Und Eisenbarth ergänzte: „Wir möchten mit dem Geld Kindern aus suchbelasteten Familien

→ Rotary will hilfebedürftige Kinder und Jugendliche



Spende vom Rotary-Club (v.l.): Udo Eisenbarth, Jü...



BERATUNG

GRUPPENANGEBOTE

PRÄ

der sich Vertreter aus der Wissenschaft und die Zuhörer aus unterschiedlicher Perspektive mit der Frage nach Glück be-

einen Ausflug im Rahmen unseres Projektes Kleine Angehörige“, erläuterte er. Dabei werden Kinder mit einem



Kooperationspartner des Deutschen Kinderhilfswerk e.V.



Übergabe auf dem Campus: Der Rotary Club Gifhorn-Wolfsburg verdoppelte den Spendenbetrag aus einer Podiumsdiskussion von Hochschule Ostfalia und Volkshochschule Wolfsburg. FOTO: SEBASTIAN BISCH



BE YOUR OWN HERO e.V.  
gemeinnützig seit 2006

*Kinder stärken,  
Familien unterstützen*

# Spendenkonto:

Verein der Freunde Rotary e.V.

Volksbank Braunschweig-

Wolfsburg

IBAN:

DE29 2699 1066 0815 0040 00

BIC: GENODEF1WOB

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!

## Save the Date: Schwerpunkt Hoffnung Donnerstag, 22. Mai 2025 im Audimax Wolfsburg und live auf YouTube



**Prof. Dr. Sven Sohr** ist Diplom-Psychologe mit einem Magister in Philosophie. Er promovierte in Soziologie mit Förderung der Heinrich-Böll-Stiftung an der Technischen Universität Chemnitz zum Thema „Ökologisches Gewissen von Kindern und Jugendlichen.“ Sohr ist seit vielen Jahren Umwelt- und Zukunftsforscher sowie Life Coach. Er bildete u.a. Führungskräfte im Gesundheitswesen und andere Berufsgruppen aus. Seit 2017 ist er Professor für Life Coaching und Positive Psychologie an der Deutschen Hochschule für Gesundheit und Sport in Berlin. Sohr hat bisher rund 50 Fachbücher veröffentlicht; in 2023/24 „Lebe anders! Life Coaching mit Achtsamkeit und Positiver Psychologie“, „Gott als Coach. 100 christliche Botschaften mit Positiver Psychologie“ und „berührt bleiben – das Geheimnis der (Hoch-)Sensibilität.“ Sohr ist Vater von zwei Kindern. Weitere Info: <https://www.dhgs-hochschule.de/hochschule/mitarbeiter/professoren/prof-dr-sven-sohr/>



Dr. Andreas Walker promovierte

an der Universität Zürich und hat später zusätzlich eine Hochschul- ausbildung in Positiver Psycho- logie abgeschlossen. Er berät seit 2002 Politik, Behörde, Wirtschaft und Non Profit Organisationen zu Fragen zukünftiger Chancen und Ri- siken sowie den möglichen Hand- lungsoptionen. Walker ist Speaker und Seminarleiter. 2009 begrün- dete er das "swissfuture Hoff- nungsbarometer, um Hoffnung als Emotion und als Kompetenz in der Öffentlichkeit zu thematisieren und empirisch zu erforschen. Walker ist Mitglied der Delegiertenversamm- lung und der Präsidentenkonferenz der Schweizerischen Akademie der Geistes- und Sozialwissenschaften. U.a. veröffentlichte er das Fach- buch: „Positive Psychologie der Hoffnung“. Walker ist Vater von drei Kindern und zwei Enkelkindern. Weiter Info: <https://weiterdenken.de>.



**Henrike Richter** ist Vorsichts- vorsitzende der Jugendberatung mondo X e.V. in Braunschweig, sie engagiert sich ehrenamtlich seit über 20 Jahren für die psychische Gesundheit Jugendlicher und jun- ger Erwachsener in der Region. Sie ist Inhaberin der psychologischen Coaching-Praxis MOOD+MIND in Braunschweig, begleitet Einzel- personen in herausfordernden Lebenssituationen und berät Organisationen zur psychischen Gesundheit ihrer Führungskräfte

und Angestellten. An der Ostfalia Hochschule bietet sie Studierenden der Fakultät Wirtschaft Lerncoa- ching und psychologische Beratung während des Studiums. Richter ist Mutter von zwei Kindern. Weitere Info: [www.henrike-richter.de](http://www.henrike-richter.de)



**Christina Hadler** ist Sport- und Sprachwissenschaftlerin (Mag. Art.) sowie Prozessberaterin Gesund- heitsmanagement. Sie leitet das betriebliche Gesundheitsmanage- ment an der Ostfalia. Im Hoch- schulischen Gesundheitsmanage- ment stehen alle Statusgruppen im Fokus. Denn: das Gesundheits- management an der Ostfalia zielt darauf ab, die gesundheitsorientier- te Gestaltung von Arbeit, Studium, Forschung und Lehre sowie die Förderung und den Erhalt der Gesundheit aller Hochschulange- hörigen zu berücksichtigen. Mithin werden Maßnahmen sowohl ver- halten- wie auch verhältnispräven- tiv durchgeführt. Dabei können sich alle Beschäftigten und Studieren- den an der Weiterentwicklung der Gesunden Ostfalia beteiligen. Weitere Info: <https://www.ostfalia.de/cms/de/gesundehochschule>

# GLÜCK & ERFÜLLTES LEBEN

## Mit Würde wachsen und Potentiale entfalten!



Aufzeichnungen der Veranstaltung sowie weitere Videos von mir zum Thema "Glück und erfülltes Leben" auf YouTube. Dort können auch die von OstfalenTV (Rainer Kohlbrecher) aufgenommenen Diskussionsrunden mit dem Probst von Braunschweig Lars Dedekind, dem Psychologen Jörg Marxen und mir angesehen werden.

The screenshot shows the YouTube channel page for "Glück und erfülltes Leben". The channel name is prominently displayed at the top, along with the handle @gluckunderfullesleben4532, 230 subscribers, and 26 videos. A "Subscribe" button is visible. Below the channel information are navigation tabs for Home, Videos, Live, and Playlists. The "For You" section features four video thumbnails: "Glück und erfülltes Leben: Krisen meistern" (2:00:46), "ERFOLGREICH SCHEITERN" (1:10:58), "Gespräch mit Prof Dr Fredmund Malik zu seinem Leben anlässlich der 9. Ostfalia Gesprächsreihe..." (29:03), and "WERTE UND ERFÜLLTES LEBEN" (126 views). The "Videos" section shows a row of six video thumbnails, including "Gespräch mit Prof Dr Fredmund Malik zu seinem...", "WERTE UND ERFÜLLTES LEBEN", "ERFOLGREICH SCHEITERN", "Tipps zum Loslassen", "Kann man „Glück“ studieren? Ja, an der Fakultät Wirtscha...", and "Rotary Action Day 2022 des Rotary Clubs Gifhorn-...".

<https://www.youtube.com/@gluckunderfullesleben4532>

Nach seiner Bankausbildung studierte Hoffmeister **Betriebswirtschaftslehre** an den **Universitäten in Nürnberg und Münster**. Anschließend **promovierte** er berufsbegleitend an der **Universität Kassel**. Hoffmeister war über 12 Jahre im **internationalen Vertrieb der Volkswagen AG** tätig; u.a. als Trainee im Automobilhandel in den USA, als **Bezirksleiter Verkauf in den arabischen Golfstaaten** und als **Leiter der Personalentwicklung und –schulung** für Verkäufer:innen sowie für Verkaufsleiter und Verkaufsleiter:innen der Volkswagen Handelsorganisation. In dieser Funktion verantwortete er auch die inhaltliche Konzeption von Personalentwicklungsprogrammen für diese Zielgruppe in Europa und unterstützte die Konzeption von Qualifizierungsmaßnahmen der Marke Volkswagen in China.

Seit 2003 **lehrt** Hoffmeister **International Business / Management** mit dem Fokus Interkulturelle Kompetenz an der Ostfalia. Er hält hierzu Fachvorträge, Seminare und Workshop auf Konferenzen, in **Unternehmen** und an **Hochschulen im In- und Ausland**. Ein **Schwerpunkt** seiner interkulturellen Tätigkeiten ist **Südafrika und Indien**. Von 2008 bis 2013 war er zudem **Gründer und Gesellschafter der European Leadership Academy GmbH** in Berlin. Von 2007 bis 2016 veranstaltete er als **Gründer und Gesellschafter des ima Instituts für Management** er das **International Trend Forum** unter der Schirmherrschaft der Volkswagen AG.

Seit seinem Schlaganfall richtet Hoffmeister sein Leben neu aus. Er widmet sich nun in der Forschung und Lehre der **Positiven Psychologie im interkulturellen Kontext**. Er lehrt an der **Nelson Mandela University** und der **Business School der Tshwane University of Technology in Südafrika** zu den Themen Intercultural Intelligence und Impact of culture on Positive Leadership. Zudem veranstaltet er die jährlich stattfindende **öffentliche Ostfalia-Gesprächsreihe „Glück und erfülltes Leben“**. Hoffmeister ist bei der **Gesundheitsregion Wolfsburg** sowohl **Mitglied im Steuerkreis** als auch in der **Arbeitsgruppe Prävention, Gründungs- und Kuratoriumsmitglied im Internationalen Freundeskreis Wolfsburg e.V.** – mit über 400 Mitgliedern. Sozial engagiert er sich seit 2009 im **Rotary Club Gifhorn-Wolfsburg** als **Berufsdienstbeauftragter**. Hoffmeister **studiert berufsbegleitend im Master „Positive Psychologie und Coaching“** an der Deutschen Hochschule für Gesundheit und Sport in Berlin – ganz nach seinem **Lebensprinzip: „Lebenslanges Lernen macht glücklich!“**.

Weitere Info: <https://www.ostfalia.de/cms/de/w/fakultaet/team/hoffmeister/>



**Prof. Dr. Mike Hoffmeister**

Lehrgebiet:  
International Management;  
Interkultureller Glücksforscher  
*InterCultural Trainer and Coach for  
Happiness, Fulfilled Life and Positive  
Leadership*

Ostfalia Hochschule für angewandte  
Wissenschaften Fakultät Wirtschaft,  
Siegfried-Ehlers-Str.1, 38440 Wolfsburg,  
Tel: +49 5361 8922 - 25 220, E-Mail:  
[m.hoffmeister@ostfalia.de](mailto:m.hoffmeister@ostfalia.de)