

Kann man Glück lernen?

In Heidelberg erfand ein Lehrer vor fünf Jahren das Unterrichtsfach «Glück». Mittlerweile wird es an über 100 Schulen im deutschsprachigen Raum gelehrt. In der Schweiz hält man davon noch gar nix. Was für ein Pech.

Text Kristina Reiss

«Hey, Alter, hey», «hey, Mann, hey» – Gejohle und Gegröhle ertönt aus dem Klassenzimmer. Die Jungen unter den 16- bis 18-jährigen Schülern sind deutlich in der Überzahl – kein Wunder müssen sie sich in pubertärem Gorilla-auf-die-Brust-Geklopfe gebärden. Es dauert eine Weile, bis sie den ergrauten Mann in ihrer Mitte wahrnehmen. Über schlechte Gewohnheiten will er mit ihnen heute sprechen. Na, viel Spass! Darauf haben die Schüler sicher gewartet.

Glücksunterricht nennt sich das Unterrichten. Sein Erfinder ist jener ältere Herr, der zwischen den Pubertierenden im Klassenzimmer steht: Ernst Fritz-Schubert, ehemaliger Leiter einer Heidelberger Schule. Nach über 30 Jahren im Lehrdienst konnte es der heute 63-Jährige nicht mehr hören, dass Schulen in der Beliebtheitskala der Jugendlichen noch hinter Zahnarztpraxen

*Was will ich eigentlich?
Wie komme ich dahin?
Diese Fragen haben in der
Schule keinen Platz.*

rangieren. Er beschloss, dies zu ändern und führte 2007 an seiner Schule das Fach Glück ein – das heute sogar als Prüfungsfach im Abitur gewählt werden kann. Zusammen mit einem Team von Experten entwickelte er einen konkreten Lehrplan, mit dem Ziel, Themen wie Seele, Körper, Motivation, Leistungsorientierung und Gemeinschaft aufzugreifen – Dinge, die sonst im Unterricht keinen Platz haben.

Die Idee fand rasch Nachahmer. Mittlerweile steht Glücksunterricht nach Fritz-Schuberts Konzept an über 100 Schulen im deutschsprachigen Raum auf dem Stundenplan; vor allem in Süddeutschland und Österreich haben Schüler «Glück». In Heidelberg gründete Fritz-Schubert ausserdem ein nach ihm benanntes Institut zur Persönlichkeitsentwicklung, das sich ganz der Glücksforschung widmet – und vor allem Pädagogen zu «Glückslehrern» ausbildet. Doch wozu braucht es Glücksunterricht überhaupt?

Happy, happy?

«Kinder sind heute gestresster denn je, denken Sie nur an Burnout und ADHS», sagt Fritz-Schubert. «Die Schule muss ihnen etwas an die Hand geben, was sie wirklich brauchen.»

Aber Herr Fritz-Schubert, die Idee, dass permanentes Glück als moderner Anspruch an das Leben in der Schule gelehrt wird, ist irgendwie befremdlich. «Es geht hier nicht um ›happiness‹, dass alle im Klassenzimmer sitzen und rumlachen», sagt der Lehrer. Nicht das Zufallsglück stehe im Mittelpunkt, sondern die Zufriedenheit mit dem eigenen Leben. Die Schüler sollen unterstützt werden, ihre Persönlichkeit zu stärken und Sinn in ihrem Tun zu entdecken. Nicht abhängig sein vom Mainstream, sondern unterscheiden können: Was will ich eigentlich? Deshalb findet der Unterricht schon mal an der Kletterwand statt, im Fitnessstudio oder wird von einer Theaterpädagogin gestaltet.

Doch ist dies wirklich Aufgabe der Schule? «Wer wenn nicht wir!», ruft Fritz-Schubert. «In der Schule wird so viel Unnützes gelernt! Wir müssen aufhören, Schüler wie Fässer zu betrachten, die mit Wissen aufgefüllt werden. Schule sollte vielmehr

Erfolgsfaktor Glück

Was hierzulande als exotisch gilt, ist in den USA und England gang und gäbe. An amerikanischen Universitäten gibt es Well-Being-Kurse schon seit Jahren. Im englischen Wellington College in der Nähe Londons steht Glück seit dem Jahr 2006 auf dem Stundenplan. Mittlerweile gibt es das Wahlfach an über 100 Schulen im deutschsprachigen Raum.

Der Grüne Aargauer Grossrat Martin Köchli brachte das Thema 2010 in die Schweiz: Sein Vorstoss, «Glück» an Aargauer Schulen einzuführen, wurde vom Regierungsrat jedoch abgelehnt. Latent sei das Thema seither aber lebendig, sagt Köchli heute, in Schulprojekten etwa oder in diversen Vorträgen. «Es muss wohl noch ein bisschen in der Bevölkerung gären», so Köchli, der nach wie vor von der Wichtigkeit des Fachs überzeugt ist.

Die Wissenschaft gibt ihm Recht: Zwei Studien beleuchten die Auswirkungen des Faches und kommen beide zu dem Schluss, dass Glücksunterricht Schüler fördert. Der Wiener OECD-Beauftragte für Sozialforschung, Ernst Gehringer, bescheinigte dem Fach einen enorm positiven Einfluss auf die Entwicklung von Identität und Persönlichkeit: «Es ist beeindruckend, wie stark das Engagement in der Gemeinschaft und die Lust an der Leistung bei den Schülern zugenommen haben.»

Initiator

Ernst Fritz-Schubert, 63, der Erfinder des Glücksunterrichts, studierte ursprünglich VWL und unterrichtete anschliessend 30 Jahre an einer Heidelberger Schule, bei der er zuletzt viele Jahre Schulleiter war. 2007 führte er dort das Fach Glück ein und sorgte damit für grosses Aufsehen. Seit letztem Sommer ist Fritz-Schubert nicht mehr im Lehrdienst tätig, arbeitet jedoch in dem von ihm gegründeten Fritz-Schubert Institut für Persönlichkeitsentwicklung, das sich unter anderem um die Ausbildung von Glückslehrern kümmert.

dazu beitragen, dass Kinder sich als Teil dieser Welt begreifen und ihre eigenen kreativen, analytischen, praktischen und sozialen Möglichkeiten erkennen.»

Der Pädagoge ist seit einem dreiviertel Jahr im Ruhestand – zumindest was den Schuldienst angeht. In seinem eigenen Institut hingegen ist er rühriger denn je, arbeitet für den Deutschen Fussballbund in der Trainerausbildung, berät Unternehmen und Kliniken. Und weil jener Glückslehrer der Theodor-Frey-Schule in der Nähe von Heidelberg heute krank ist, bei dem die ange-reiste Journalistin einen Unterrichtsbesuch machen wollte, springt Fritz-Schubert kurzerhand selbst noch mal ein. «Ich weiss nicht wie die Stunde wird», entschuldigt er sich im Voraus, schliesslich kenne er die Schüler und deren Wissensstand nicht. «Die sind so unglaublich cool, und ich bin so unglaublich uncool. Ob die einem Alten wie mir zuhören?»

Die Schüler der Berufskolleg-Klasse haben die Mittlere Reife bereits in der Tasche und wollen in den nächsten zwei Jahren die Fachhochschulreife erlangen. «Wisst ihr, wer ich bin?», fragt Fritz-Schubert in die Runde, als der Geräuschpegel endlich abflaut. «Der Erfinder von Glück», sagt ein Junge. «Naja, das ist zuviel der Ehre», schmunzelt der Altlehrer, «ich habe es als Schulfach gegründet. Wie ist es euch bisher damit ergangen?» «Es macht Spass» – «Man lernt Dinge, die man gebrauchen kann» – «die Konzentrationsübungen waren gut». «Okay, nett gebrieff die Schüler», denkt sich die Journalistin; wenngleich die Antworten ein wenig schleppend kommen.

Selbstreflexion

Nach einem kurzen Aufwärmispiel, an dem sich die Jugendlichen bereitwillig beteiligen, rückt der Lehrer mit dem Thema raus: «Wir wollen heute schlechte Gewohnheiten loswerden. Lauft durch den Raum und überlegt euch eine – aber nicht reden, nicht anrumpeln und niemanden angucken!» Unschlüssig und mit viel Gekichere schlendern die Schüler umher. Nach einer Weile fragt Fritz-Schubert: «Wer hat etwas gefunden, das er loswerden will?» Fast alle melden sich. Anschliessend arbeiten sie einen Fragebo-



Glück als Schulfach macht Schüler nicht glücklicher. Aber es bringt sie näher zu sich.

gen durch: «Was ist der Vorteil der alten Gewohnheit?», steht dort zum Beispiel. «Was bleibt mir erspart durch die Veränderung?» oder «Wer würde sich über die Veränderung freuen, wer sich ärgern?» «Gebt euch Mühe!», mahnt der Lehrer. «Es betrifft euch. Wenn da nachher nur Scheisse steht, ist das schade für euch, weil ihr dann nichts aus der Stunde mitnehmen könnt.»

Die Ermahnungen zeigen Wirkung. Aus den zappeligen Pubertierenden werden auf einmal eifrig arbeitende junge Leute, die sich ernsthaft mit den aufgetragenen Fragen beschäftigen. Und sie später sogar offen diskutieren. Man merkt nun, dass sie eine gute Klassengemeinschaft haben und es gewohnt sind, ihr Verhalten zu reflektieren. «Ich will nicht mehr so laut sein in der

Schule», benennt ein Mädchen seine zu verändernde Gewohnheit. «Ich will nicht mehr so oft Ja sagen», sagt ein Junge; «Ich will nicht so belehrend sein», ein anderer.

Erst seit einem halben Jahr steht an der Theodor-Frey-Schule Glücksunterricht auf dem Stundenplan, momentan nur für drei Klassen. Doch bis in fünf Jahren, so hofft Schulleiter Martin Staniczek, sollen alle Schüler in den Genuss kommen. Er ist euphorisch: «Hier werden Werte und Hilfestellungen vermittelt, die heute in der Gesellschaft fehlen.» Einen geregelten Tagesablauf zum Beispiel, unterteilt in Schule, Hausaufgaben und Freizeit, bekämen Kinder vom Elternhaus oft nicht mehr mit. Zudem wüssten viele ohne elektronische Medien nichts mit sich anzufangen.

Beides könnte man im Glücksunterricht versuchen, aufzufangen.

In der Schule hat sich das neue Fach schnell herumgesprochen. Reihenweise stehen bei dem Schulleiter Jugendliche anderer Klassen auf der Matte, die ebenfalls «Glück» haben wollen. Angeblich gibt es sogar Neuanmeldungen von Schülern, die nur wegen dieses Faches auf die Schule wollen. Lehrerkollegen wiederum berichten von positiven Ausstrahlungen auf andere Fächer: So zeigten Glücksschüler eine deutlich engagiertere Haltung. «Ich bin sehr überrascht über die Resonanz», sagt Staniczek, «in diesem Ausmass hatte ich das nicht erwartet.» Lediglich das baden-württembergische Kultusministerium, das die Lehraufsicht hat, ist nicht zufrieden. So finden die Stuttgarter die Inhalte zwar gut, doch mit dem Namen tun sie sich schwer: Künftig darf das Fach an der Theodor-Frey-Schule deshalb nicht mehr «Glück» heissen.

Fritz-Schubert hört dies nicht zum ersten Mal. «Hach ja», seufzt er, «für manche klingt das zu sehr nach Esoterik.» Er kann die Bedenken nicht nachvollziehen. Genauso wie das Fach Religion Schüler nicht religiöser macht, macht Glücksunterricht Schüler nicht glücklicher, sagt er. Aber «Glück» sei nun mal so ein griffiger Name. Hiesse das Ganze «Lebenskompetenz», würden die Schüler das Gesicht verziehen. Doch vielleicht könnte man das Ganze «Förderkompetenz Glück» nennen – diesen Kompromiss fand bereits eine andere Schule.

Zum Abschluss der Glücksstunde lässt Fritz-Schubert die Schüler eine weitere schlechte Gewohnheit aufschreiben – «nur für euch, den Zettel bekommt niemand zu Gesicht» – und verspricht geheimnisvoll: «Ich werde euch davon befreien, ich habe da einen Trick.» Er lässt die Jugendlichen in einer Reihe aufstellen und jagt dann Zettel für Zettel durch einen mitgebrachten Schredder.

«Glücksunterricht ist cool», sagt der 17-jährige Tim nach der Stunde, «das Fach bringt echt mal was.» «Am besten ist, dass wir so eine geile Klassengemeinschaft haben», findet Eren, 17. «So was hatte ich vorher nie.»