

Zum Glück braucht es Übung

INTERVIEW Von Klein auf sollten Kinder ihre Persönlichkeit entwickeln können – Dafür setzt sich Ernst Fritz-Schubert ein

Von unserer Redakteurin
Susanne Schwarzbürger

Die einen sind gut in Mathe, die anderen in Sport. Glück hingegen ist kein Fach, bei dem Lernerfolg in Schulnoten gemessen wird. Gerade deshalb setzt sich Dr. Ernst Fritz-Schubert dafür ein, Glück als Schulfach zu etablieren. Zielgruppe seines Vortrags am Mittwoch auf der Buga sind „alle Menschen, die daran interessiert sind, anderen oder sich selbst zu helfen“. Der *Stimme* hat der Heidelberger schon mal Einblick in sein Glückskonzept gegeben.

Was bedeutet Glück für Sie?

Ernst Fritz-Schubert: Für mich ist Glück praktisch die Antwort auf die Frage, wozu ich geboren bin. Glück entsteht für mich durch sinnvolles Leben und sinnvolles Erleben.

Was umfasst Glück als Schulfach?

Fritz-Schubert: Das Hauptproblem der Schule besteht darin, dass sie Wissen und Kompetenz verwechselt. Kompetenz ist mehr als nur Wissen. Dazu gehören auch personale Kompetenzen. Persönlichkeitsbildung ist im Lehramtsstudium aber nicht vorgesehen, dafür gibt es im Moment in der Schule keinen Raum. Dieser Raum soll durch das Fach Glück gefüllt werden.



**BUNDES-
GARTENSCHAU
HEILBRONN
17.04. – 06.10.2019**

Ernst Fritz-Schubert setzt sich für die Einführung von Glück als Schulfach ein, aber Eltern und jeder, der sich oder anderen helfen möchte, kann von seinem Vortrag am Mittwoch im „Bunten Klassenzimmer“ der Buga profitieren.

Glück ist also kein Zufall?

Fritz-Schubert: Glück hat auf jeden Fall zwei Komponenten. Einmal die gefühlsmäßige, die uns erreicht in einem Hochgefühl, zum Beispiel durch ein gutes Essen oder guten Sex. Diese Glücksgefühle dauern aber nur ganz kurz an. Daneben haben Sie diese Zufriedenheit durch kognitive Betrachtung: Unser Verstand bemüht sich darum zu bemessen: Wie zufrieden bin ich denn mit meinem Leben?

Welche Bedürfnisse müssen befriedigt werden, damit ich glücklich bin?

Fritz-Schubert: Ich muss mich selbstbestimmt fühlen, frei, geborgen und sicher und dazu das, was ich tue, als sinnvoll empfinden. Daneben geht's auch um Identitätsfindung



Ernst Fritz-Schubert setzt sich für die Einführung von Glück als Schulfach ein, aber Eltern und jeder, der sich oder anderen helfen möchte, kann von seinem Vortrag am Mittwoch im „Bunten Klassenzimmer“ der Buga profitieren. Foto: Fritz-Schubert-Institut

und meine Selbstachtung. Das wird oft verkannt in Zeiten, in denen es um Selbstverwertung im negativen Sinn geht, ums Posen bei Facebook und Co. Dazu gehört auch, mich zu entwickeln, weiterzukommen, eigene Ziele zu verfolgen. Und außerdem, das gut zu bewältigen, was an mich herangetragen wird. Das sind alles Faktoren, die letztlich zum Wohlbefinden beitragen.

Wie kann ich Wohlbefinden steigern?

Fritz-Schubert: Indem man an sich und an diesen Faktoren arbeitet. Wichtiger als hedonistische Ziele zu verfolgen, ist wertorientiertes Handeln. In der Schule muss auch an der nicht-akademischen Zielsetzung gearbeitet werden. Entscheidend dabei ist die Erfahrung und die Emotion, die dabei entsteht.

Es braucht also Übung?

Fritz-Schubert: Ja. Es dauert, bis das Gehirn Veränderung wahrnimmt. Das kann man nicht durch Belehrung erreichen. Das muss man üben. Man lernt ja am besten aus der Erfahrung. Auch durch Vorbild, das müssen die Lehrer sein. Wir lernen natürlich auch über Gelesenes und das gesprochene Wort, aber das wirkt nicht so nachhaltig.

Sie bilden Lehrer aus, können Sie auch Eltern weiterhelfen?

Fritz-Schubert: Lehrer, Eltern, Ausbilder ..., die gehören alle zu unserer Zielgruppe, die können alle bei uns etwas lernen, wenn es darum geht, Menschen zu begleiten.

Sollten ganze Familien mal an einem Glückskurs teilnehmen?

Fritz-Schubert: Im Prinzip muss jeder den Sinn für sich selbst finden. Der wird ja nicht gegeben, obwohl

manche Lehrer oder Eltern das noch denken.

Was halten Sie von sogenannten Helikopter-Eltern?

Fritz-Schubert: In Elternkursen gehen wir der Frage nach: Was für einen Hubschrauber betriebe ich eigentlich? Einen Helikopter, der Probleme schon im Vorfeld aus dem Weg räumt, einen Transporthubschrauber, mit dem ich die Kinder zu verschiedenen Plätzen befördere, damit sie da was finden, oder besser einen Rettungshubschrauber? Der nur im Notfall einschreitet, damit das Kind sich entwickeln kann.

Sie selbst könnten eigentlich schon im Ruhestand sein.

Fritz-Schubert: Ja, aber wenn man eine Aufgabe hat, die einen zufrieden macht, dann hört die nicht mit Erreichen des Ruhestands auf.

Zur Person

Dr. Ernst Fritz-Schubert (70) war, bis er in Heidelberg das **Fritz-Schubert-Institut für Persönlichkeitsentwicklung** gründete, Schulleiter an einer großen Schule für die Sekundarstufe 2. Dort unterrichtete er die Fächer Wirtschaft und Ethik. Als er selbst noch eine therapeutische Ausbildung machte, wurde ihm klar, dass man mit Persönlichkeitsentwicklung schon viel früher anfangen müsse. Der Gedanke hinter seinem Einsatz für Glück als Schulfach war: „Man müsste etwas machen, dass Schüler erfahren, dass Schule für sie sinnvoll ist.“ Sein pädagogischer Vortrag auf der **Bundesgartenschau** findet am Mittwoch, 3. Juli, um 18 Uhr im Rahmen des „Bunten Klassenzimmers“ statt. Mehr Infos auf www.buga2019.de. sb