

Leser fragen Schulleiter Ernst Fritz-Schubert

Vor vier Jahren hat der Heidelberger Schulleiter Ernst Fritz-Schubert seinen Schülern kurzerhand ein neues Unterrichtsfach verpasst: Glück. Das Fach soll die Fähigkeit vermitteln, Glück empfinden zu können. Vor wenigen Tagen war der Oberstudiendirektor zu Gast bei einer Veranstaltung im Braunschweiger Haus der Wissenschaft. Das Thema: „Wie man Glück lernen kann.“ Zwei Leser stellten ihm vorher einige Fragen.



Gerold Finke

unterrichtet Deutsch und Biologie am Lessinggymnasium in Braunschweig und ist dort auch Praktikumsbeauftragter.

Ernst Fritz-Schubert

hat Volkswirtschaft und Jura studiert, wechselte später in den Schuldienst und leitete ab 2000 die Willy-Hellpach-Schule in Heidelberg. 2007 hat er dort mit einem Expertenteam das

Fach „Glück“ eingeführt, was inzwischen etliche Schulen in Deutschland und Österreich nachmachen. Er ist auch sport-psychologischer Berater der Jugendförderung beim Bundesligaverein 1899 Hoffenheim sowie

Chef eines nach ihm benannten Instituts zur Persönlichkeitsentwicklung. Außerdem hat er zwei Bücher geschrieben: „Schulfach Glück“ und „Glück kann man lernen. Was Kinder stark fürs Leben macht.“

Isabel Kemper

besucht die 11. Klasse des Braunschweiger Martino-Katharineums und hat dort den sprachlichen Schwerpunkt gewählt.

„Glück kann man lernen“

Der Schulleiter und Buchautor erklärt, warum er das Unterrichtsfach Glück eingeführt hat und wie Kinder und Jugendliche davon profitieren

Isabel Kemper: Gibt es ein Rezept, um glücklich zu sein?

Ich sehe das Glück als ein Meer der Zufriedenheit, aus dem ab und zu eine Welle aufschwampt – das ist der Glücksmoment. Der hält nicht lange an, und zu ihm gehört auch das Welterl. Erst die Mischung macht es, das kontrastreiche Leben – ich bezeichne das als Glück der Fülle: Es gibt Auf und Ab, Erfolg und Misserfolg. Wenn wir das nicht als Einheit sehen, können wir nicht glücklich sein.

Isabel Kemper: Und wie gelingt es, dies als Einheit zu sehen?

Die Voraussetzung dafür ist zum einen das sinnvolle Leben, also die Suche nach dem Sinn, und zum anderen das sinnvolle Erleben, also die Fähigkeit, kontemplativ zu sein. Wenn wir auf der Suche nach dem Glück sind, suchen wir immer nach guten Gründen für unser Handeln. Es geht darum, zu lernen, die guten Gründe von den nur scheinbar guten Gründen zu unterscheiden – das ist das Rezept.

Isabel Kemper: Was meinen Sie mit scheinbar guten Gründen?

Damit meine ich Versuchungen, denen wir erliegen können – das kurzfristige Glück. Man kann Menschen aber zu einer Haltung bringen, dass sie diesen Versuchungen widerstehen und für das langfristige Glück auf das kurzfristige verzichten.

Isabel Kemper: Welche Rolle spielen die Medien bei der Glückssuche

Sie machen zu viele Glücksversprechen. Die Auswahl ist schwer. Ich habe das Gefühl, dass sehr viele falsche Entscheidungen getroffen werden, und dass zulasten des langfristigen Glücks der Sofortkonsum immer wichtiger wird.

Gerold Finke: Was hat Sie denn dazu gebracht, dass Sie Schülern das

Glücksrezept vermitteln wollen und an Ihrer Schule das Fach „Glück“ eingeführt haben?

Die Erkenntnis, dass Schüler sehr viel mehr Potenzial haben, als sie in der Schule zeigen. Und die Erkenntnis, dass viele Schüler, die mir als Schulleiter wegen verschiedener Probleme vorgeführt wurden, eigentlich sehr viel leisten können.

Isabel Kemper: Warum bleiben die Potenziale versteckt?

Das liegt daran, dass die Frage nach dem Sinn nicht beantwortet wird. Die verbreitete Devise ist doch: „Etwas macht Sinn, wenn es Nutzen bringt.“

Damit kommen wir aber nicht weiter. Das sieht man etwa am Bruttoinlandsprodukt, das als Messgröße für Wirtschaftswachstum gilt. Das sieht man auch an der Beschleunigung in der Schule: Man betrachtet junge Menschen als Fässer, die man mit Wissen abbüllt, statt in ihnen die Fackel der Erkenntnis zu entzünden.

Viele Schüler müssten gar nicht diese Menge an Unterricht haben. Die würden in einer anderen Situation viel mehr lernen. Aber wenn ich das Lernen als Last empfinde, wenn das mit Angst besetzt ist, brauche ich vermeintlich eine zusätzliche Unterrichtung – und dann sagt man: „Du musst zur Nachhilfe oder das Jahr wiederholen.“ Damit wird aber alles schlimmer, das

negative Gefühl wird verstärkt. Die quantitative Ausrichtung bringt uns in eine Misere: Wir haben eigentlich alles, aber wir fühlen uns nicht glücklich. Es gibt drei wichtige Fragen im Leben: nach dem Woher, dem Wohin und dem Wofür. Die Frage nach dem Wofür ist bei uns im Augenblick vakant. Man muss dahinkommen, dass jeder sagen kann: Ich weiß, wofür ich hier bin.

Isabel Kemper: Was machen Sie im Unterricht dafür?

Wir entwickeln die Persönlichkeit. Um das zu erklären, hole ich ein we-

nig aus: Bei jeder Entscheidung, die wir treffen, handeln wir immer nach demselben System: Bevor wir loslegen, müssen wir uns erst einmal stärken – auch in der Schule –, und das geschieht über Wertschätzung. Dann entwickeln wir Visionen. Wir wissen, was wir wollen, und was wir nicht wollen. Wir planen, und wir müssen uns unter Umständen motivieren oder beruhigen, um diesen Plan umzusetzen.

Am Ende kommen wir zu einer Bewertung – das nenne ich seelisches Wohlbefinden. Dabei ist es wichtig, zwischen der Person und dem Ereignis zu trennen, damit man zum Beispiel Niederlagen auch als Ansporn deuten kann.

Im Zentrum steht immer die Wertschätzung. Wenn ich das einmal selbst erfahren habe, werde ich den anderen immer bestärken, weil so sein Potenzial gefördert wird und wir auf Augenhöhe Visionen entwickeln können.

Ich muss das Gefühl haben, dass das, was ich tun will, mit mir übereinstimmt. Von dem Gefühl der Identität gelangt man zur Authentizität – und von da aus zur Produktivität. In der Wettbewerbsgesellschaft wird der andere aber viel zu oft gedemütigt und erniedrigt, damit einer sich erhöhen kann.

Isabel Kemper: Wie muss man sich den Glücks-Unterricht vorstellen?

Wir machen zum Beispiel Wertschätzungsübungen. Stellen Sie sich vor, Sie sitzen im Kreis Ihren Mitschülern, und alle machen Ihnen Komplimente. Oder auf Ihrem Rücken hängt eine Karte, und die anderen schreiben darauf, was Sie alles gut können. Wenn Sie so etwas erleben, dann steigert sich Ihre Emotion doch so sehr, dass Sie sagen: „Damit will ich etwas anfangen.“

Eine andere Übung: Wir nehmen eine Plattform aus Holz, in der Mitte ist eine Kugel. Die Schüler müssen versuchen, darauf das Gleichgewicht zu halten. Das kriegen sie irgendwann hin. Wenn sie sich an den Händen fassen, ist es sogar noch schöner. Wenn dann einer runter geht, kippt die Plattform zur Seite – aber die Jugendlichen finden das Gleichgewicht wieder. Das kann man vergleichen

mit einer familiären Situation, wenn sich zum Beispiel Eltern scheiden. Noch ein Beispiel: Sie lassen sich nach hinten fallen und werden aufgefangen. Und dann überlegt man: Wie muss ich mich verhalten, damit ich mich immer nach hinten fallenlassen kann, damit ich immer geborgen bin und mich wohlfühle. Dieses Wohlfühlen hat etwas zu tun mit meiner Produktivität: Wenn ich mich nicht wohlfühle, kann ich nichts machen.

Man kann anknüpfen an die Strebensethik: Es tut gut, sich zu mäßigen, sich zu rückzuhalten, gerecht zu sein. All das kann ich als Erlebnis verankern und muss es nicht als Appell rüberbringen.

Ich nenne das implizites Lernen – Emotionen spielen eine große Rolle. Das hat den Vorteil, dass es schnell zu einer Erkenntnis führt und nachhaltig ist.

Gerold Finke: In Ihren Lehrplänen für das Fach Glück in der Oberstufe sind bekannte Methoden aufgeführt: darstellendes Spiel, Rollenspiel, Praktika. Vieles davon gibt es ja schon an den Schulen, aber nicht so kompakt und ohne die entsprechende Reflektion. Wie ließe sich denn das Vorhandene mit einem neuen Fach Glück kombinieren?

Bildung heißt vor allem sich zu bilden, also im Sinne eines Wilhelm von Humboldt, sich die Welt zu erobern und in ihr einen Platz zu finden. Der Glücksunterricht ergänzt und verstärkt das bestehende Bildungsangebot, indem er die Zusammenhänge von Körper, Geist und Seele spielerisch erfahrbar macht und als Schlüsselerlebnis kognitiv verankert. Wir wollen dazu beitragen, dass sich junge Menschen im Leben und in der Gemeinschaft orientieren können.

Positive Haltungen und Einstellungen sollen ihnen helfen, ihre Potenziale zu entfalten, damit sie die Fülle des Lebens nicht erdulden, sondern gestalten. Das große Ziel ist natürlich, dass die Schule als Ganzes irgend-

wann einmal aus sich heraus das leistet, was wir jetzt mit dem speziellen Unterrichtsfach bewirken wollen. Aber soweit ist das System noch nicht.

Gerold Finke: Oft zeigt es ja große Wirkung, wenn extern jemand an die Schule kommt. Erlebnispädagogik ist inzwischen ein eigener Markt geworden und muss eingekauft werden. Kann der Fachlehrer eine ähnliche Wirkung erzielen, wenn er eine entsprechende Ausbildung hat?

Selbstverständlich, und er ist viel authentischer. Ich halte von Erlebnispädagogik nur dann etwas, wenn sie nachhaltig wirkt. Sie muss in den Alltag integriert werden.

Gerold Finke: Ich mache immer wieder die Erfahrung, dass Jugendliche häufig im Bereich Berufsorientierung Wertschätzung erfahren. Dort geht es um Selbsterkundung, um Vorbereitung auf Bewerbungsgespräche und um Praktika. Das ist zwar nicht so umfassend, wie Sie es anlegen. Aber wenn die Jugendlichen dann wieder in die Schule kommen, sind viele deutlich motivierter als vorher, weil sie Erkenntnisse über sich gewonnen haben.

Aber wie viele Jahre haben wir bis dahin schon vertan! Das muss man von Beginn an zur Methode erklären. Wir müssen ein Bewusstsein schaffen, dass man etwas dagegensetzt, wenn man sich langweilt; dass es schön ist, wenn ich mich vertiefe, wenn ich aufgehe in meiner Tätigkeit, wenn ich Zeit und Raum vergesse. Das kann bei einer Matheaufgabe sein. Wenn ich aber einfach sage, ich kapiere es sowieso nicht, dann bleibt das Lernen immer ein schlimmes Erlebnis. Oder ich schreibe ab und kriege eine Note, die ich nicht verdient habe – Zufallsglück.