

Pressesprecherin: Katja Bär
Telefon: 0621 / 181-1013
baer@uni-mannheim.de
www.uni-mannheim.de

Mannheim, 12. August 2011

Presseinformation

Unterricht zum Glückhsein

Alex Bertrams, Juniorprofessor für Pädagogische Psychologie an der Universität Mannheim, untersucht den Einfluss des Schulfachs Glück auf das subjektive Wohlbefinden von Schülern / Erste Ergebnisse belegen eine positive Wirkung

Depressionen, gerade bei Schülern, haben in den letzten Jahren stark zugenommen. Aufgrund dieser Erkenntnis führten mehrere Schulen in Heidelberg 2007 das Schulfach „Glück“ ein, um Schülerinnen und Schülern beizubringen, wie sie ihr Wohlbefinden steigern und sich Herausforderungen im Leben besser stellen können. Prof. Dr. Alex Bertrams, Juniorprofessor für Pädagogische Psychologie an der Universität Mannheim, erforscht nun, ob das Schulfach tatsächlich wissenschaftlich belegbare Effekte auf Schülerinnen und Schüler hat.

Für seine Studie hat Professor Bertrams 106 Schülerinnen und Schüler an zwei Berufsschulen, an denen das Schulfach unterrichtet wird, zu Beginn und Ende des Schuljahres 2010/2011 befragt. Eine Gruppe der Schüler hat das Schulfach belegt, die andere nicht. „Sofern diejenigen mit dem Schulfach Glück eine höhere Ausprägung von Wohlbefinden am Ende des Schuljahres haben, haben wir einen guten Hinweis darauf, dass es am Schulfach Glück liegt“, erklärt der Mannheimer Wissenschaftler seine Methode. Die Schüler sollten angeben, wie viele positive und negative Gefühle sie in der letzten Zeit empfunden haben, wie zufrieden und optimistisch sie in ihrem Leben allgemein sind und wie gut sie ihrer Meinung nach mit schwierigen Herausforderungen umgehen können. Denn dies sind Punkte, die das Schulfach Glück positiv beeinflussen soll.

Da es auch andere Faktoren gibt, die das Wohlbefinden beeinflussen können, erfasste die Befragung auch die allgemeine Persönlichkeit. Vor allem die emotionale Stabilität der Schüler ist für den Forscher eines der wichtigsten Persönlichkeitsmerkmale, weil diese sich auf das Wohlbefinden auswirkt. Der Juniorprofessor hat außerdem die Offenheit für Erfahrungen, die Extra- oder Introvertiertheit der Schüler und die Integration in die Klassengemeinschaft erfragt, weil viele der Übungen des Fachs im Klassenverband stattfinden. Bei einer Übung beispielsweise interpretieren die Schüler in Partnerarbeit eine Eigenschaft positiv, die sie an sich nicht mögen. Ob die Schüler so etwas zugeben, hängt aber damit zusammen, wie offen sie allgemein sind und wie wohl

sie sich in der sozialen Gemeinschaft fühlen. Beide Gruppen waren sich zu Beginn des Schuljahres in allen Persönlichkeitsdimensionen ähnlich. Deshalb kann eine positive Veränderung bei den Schülern mit dem Schulfach Glück gegenüber der anderen Gruppe darüber Auskunft geben, ob es die gewünschte Wirkung hat.

Die ersten Ergebnisse von Professor Bertrams belegen: Das Schulfach „Glück“ hat einen positiven Effekt auf das subjektive Wohlbefinden der Schüler. Aber, so deutet es sich an, ist dieser nicht bei allen gleich. Das Schulfach hat demnach einen stärkeren positiven Effekt auf diejenigen, die von vornherein emotional stabiler sind. „Woran das liegt, lässt sich an den Zahlen leider nicht erkennen. Es ist aber auf jeden Fall eine sehr wichtige Erkenntnis, die ich denjenigen, die das Schulfach umsetzen, mitgeben möchte“, sagt der Mannheimer Juniorprofessor.

Trotz dieser unterschiedlichen Wirksamkeit hält Professor Bertrams die Einführung des Fachs prinzipiell für sinnvoll: „Im Endeffekt geht es bei dem Schulfach Glück ja darum, dass Schüler lernen, sich mit ihrer emotionalen Seite auseinanderzusetzen und in gewisser Weise Lebenskompetenz zu erwerben. Das halte ich für genauso wichtig wie Mathematik. Beim Schulfach Glück werden den Schülern Übungen vermittelt, die wissenschaftlich begründbar sind. Es ist keine Esoterik.“

Weitere Ergebnisse der Studie werden in den nächsten Wochen erwartet.

Kontakt:

Prof. Dr. Alex Bertrams
Juniorprofessur für Pädagogische Psychologie mit Schwerpunkt angewandte
Volitionsforschung
Universität Mannheim
Tel: 0621 - 181-2212
E- Mail: alex.bertrams@uni-mannheim.de