

«Eltern, glaubt an eure Kinder»

Ein Kind braucht kein Ritalin und keine Matura, um stark und glücklich zu sein, sagt der Heidelberger **Glücksforscher** und Pädagoge Ernst Fritz-Schubert. Ein Gespräch über Lernen, Lebensfreude und Loslassen. *Interview: Claudia Landolt Bilder: Alain Laboile*







mich als Fünfjähriger mit der Zuckertüte angetrieben hatten, verwandelten sich schnell in Ratlosigkeit, Zweifel und Furcht. Ich wurde jünger eingeschult als die anderen und erbrachte nicht die gleiche Leistung. «Mehr anstrengen!» – diesen Satz bekam ich immer wieder zu hören. Aber kein Lob dafür, wie gut ich doch zureckkam.

Sie sagen, Sie hätten sich lieber herumgetrieben, als den Kopf in Bücher zu stecken.

Weil ich eher schmächtig war, kam für meine Mutter und meine Lehrer nur eine Ausbildung in einem Büro in Frage. So landete ich in einem Steuerbüro und langweilte mich zu Tode. Als Ausgleich kaufte ich teure Autos und päppelte so mein Selbstwertgefühl auf. Die Wende kam bei einer allgemeinbildenden Schulung während des

Berufsfachschule und im Wirtschaftsgymnasium in Deutschland seit 2007 auf dem Stundenplan steht, in Teilen Österreichs und zeitweilig auch im Internat Ingenbohl in der Schweiz.

Was wollen Sie Kindern damit vermitteln?

Dass es neben dem vordergründigen materiellen Glück auch das lebenslange Glück gibt, das durch die eigenen Werte geprägt wird.

Macht die Schule unsere Kinder unglücklich?

Die Schule ist eine künstliche Veranstaltung. Lehrer geben meist alles vor, und Schüler bekommen mehr fertige Antworten statt Fragen mit nach Hause. Dadurch verlieren sie das Gefühl, selbst wirksam zu sein, wirklich gebraucht zu werden. Dies ist aber neben der Selbstachtung ein zentraler Faktor für die Persönlichkeitsbildung und für Glück und Wohlbefinden.

Aber Kinder kommen doch in der Regel glücklich zur Welt.

Das stimmt, und die meisten Eltern strengen sich an, dass aus ihnen glückliche Erwachsene werden. Aber nicht immer gelingt es. «Gut meinen» ist noch lange nicht «gut machen». Alle Kinder haben ungeahnte Ressourcen, und die gilt es gemeinsam mit ihnen zu entdecken, das ist eine der wichtigsten Aufgaben von Eltern und Pädagogen.

Alle Eltern möchten, dass ihre Kinder stark werden.

Ja, das steht auch nicht im Widerspruch zur gesellschaftlich erwünschten Vermittlung von Werten wie Freiheit, Gleichheit und Solidarität, sondern beschreibt lediglich einen anderen Weg zum selben Ziel.

Wie meinen Sie das?

Lust und Leistung sind keineswegs Gegensätze. Das Leben zu meistern, heisst nicht nur, dass man sich die nötigen Fähigkeiten aneig-

Ernst Fritz-Schubert spricht gern, schnell und viel. Und wenn er spricht, leuchten seine Augen. Der pensionierte Schulleiter empfängt uns in seinem pittoresken, über 100 Jahre alten Haus am Philosophenweg in Heidelberg. Hier haben sich früher Liebende zum Stelldichein getroffen. Die Wohlfühlatmosphäre und das liebliche Ambiente kontrastieren mit den pointierten Äusserungen des älteren Herrn mit dem ungewöhnlichen Doppelnamen. «Schule muss mehr sein als blosse Qualifizierungsanstalt», sagt Fritz-Schubert, während er Kaffee kocht. «Schule empfinde ich in dieser Form als starke Vergeudung der Möglichkeiten. Kinder verlernen das Gefühl, selbst wirksam zu sein, wirklich gebraucht zu werden».

Herr Fritz-Schubert, gingen Sie gern zur Schule?

An meine eigene Schulzeit habe ich keine guten Erinnerungen. Meine Neugier und die Lust, die

«Die Schule ist eine künstliche Veranstaltung.»

Militärdienstes. Ein Deutschlehrer ermutigte mich, das Abitur nachzuholen und Volkswirtschaft zu studieren. Das änderte alles.

Haben Sie deshalb das Schulfach Glück erfunden?

Ich hatte es einfach satt, dass Schule in der Beliebtheitsskala der Schüler gleich nach dem Zahnarztbesuch rangiert. Neun- bis Dreizehnjährige gaben an, sich besonders in den Ferien wohlzufühlen, an Weihnachten, überhaupt bei den Eltern. Am wenigsten glücklich sind sie beim Zahnarzt. Und in der Schule. Also tat ich mich mit ein paar Kollegen zusammen. Wir entwarfen ein Konzept für ein Fach, das in der



net, um zu überleben, sondern es gehört auch Lebensfreude dazu, die Fähigkeit, zu geniessen und auch einmal über sich selbst zu lachen, wenn der gewünschte Erfolg ausbleibt. Es hilft unseren Kindern jedenfalls nicht, wenn wir sie mit erhobenem Zeigefinger erziehen oder ihnen alle Hindernisse aus dem Weg räumen.
Niederlagen können auch Erfolge sein.

Genau. Aber nur dann, wenn die notwendige Energie für einen neuen Anlauf aufgebracht wird. Dazu benötigt man vor allem positive Emotionen. Kinder, die nach einer schlechten Note oder einem Streit nach Hause kommen, können nicht direkt zur Tagesordnung übergehen, sondern wollen getröst-

tet werden und in der Geborgenheit der Familie neue Kräfte sammeln.

«Schlechte Noten sollen die elterliche Liebe nicht mindern.»

Haben Kinder Angst, dass schlechte Noten ihren Eltern missfallen?

Alle Kinder wollen ihren Eltern gefallen. Umso wichtiger ist es, den Kindern zu vermitteln, dass schlechte Noten die elterliche Liebe und Wertschätzung nicht mindern.

Sie möchten, dass Kinder sich in der Schule positiv entwickeln?

Kinder und Jugendliche brauchen ganzheitliche Erlebnisse, um körperlich und seelisch gesund zu bleiben und sich in der Gemeinschaft wirklich wohlzufühlen. Diese Erfahrungen können sie aber heute kaum noch machen. Wie oft klettern sie noch auf Bäume, werfen sie sich in einen Heuhaufen oder pflücken sie einen Feldblumenstrauß, um ihn der Mutter nach Hause zu bringen? Deshalb haben wir 2007 in Heidelberg begonnen, unser schulisches Leitziel «physische und psychische Gesundheit für Schüler und Lehrer» durch die Einführung des neuen Unterrichtsfaches «Glück» umzusetzen. >>>

>>> **Gab es einen besonderen Moment für diese Idee?**

Als mir ein Schüler sagte, ich sei der erste Mensch, der ihm etwas zugetraut hätte. Dieses Zutrauen und Vertrauen ist ja sozusagen die Fortsetzung des Urvertrauens und dafür verantwortlich, wie wertvoll wir uns als Mensch fühlen.

Was soll das Fach Glück den Kindern vermitteln?

Wir wollen die Schüler stärken, indem wir ihnen vor allem die Voraussetzungen für ein gelungenes Leben aufzeigen. Das Fach dient nicht der Leistungsmaximierung, sondern es geht darum, dass sie sich in ihrer Persönlichkeit entwickeln, indem sie zum Bei-

spiel früh lernen, mit Herausforderungen umzugehen, Stress zu vermeiden oder Phasen extremer Belastung gelassen zu meistern.

«Die inneren Bedürfnisse der Kinder werden oft nicht erkannt.»

Erfolgt Persönlichkeitsbildung nicht daheim?

Elternhäuser legen sozusagen das Standbein fest und schaffen die

Voraussetzungen. Die Schule entwickelt das Spielbein und eröffnet neue Möglichkeiten. Ist das Standbein nicht fest entwickelt – etwa durch Vereinzelung, die Medien, unsere Multioptionsgesellschaft –, werden die Kinder äußerlich zwar schnell selbstständig, ihre inneren psychischen Bedürfnisse aber werden nicht erkannt oder nicht befriedigt. Dann sind sie unsicher und suchen anderswo Bestätigung – durch viele Freunde oder durch materielle Dinge, die gegen aussen einen Selbstwert repräsentieren.

Wie werden Kinder glücklich?

Wenn man ihnen hilft, ihre eigenen Potenziale zu entdecken und an sich selbst zu glauben.





Acht Glücksfragen, die sich Kinder (und ihre Eltern) stellen können

- Was will ich eigentlich?
- Welche Stärken habe ich?
- Wenn ich diese und jene Stärken habe: Was mache ich damit?
- Lebe ich sie?
- Habe ich eine Vision damit?
- Welchen Weg will ich gehen?
- Bin ich bereit, auch Herausforderungen anzunehmen?
- Wie schaffe ich es, mich bei Lustlosigkeit zu motivieren?

Was können Eltern dafür tun?

Das ist die Gretchenfrage. Was wünschen wir uns für unsere Kinder? Dass sie diszipliniert sind und gut funktionieren? Oder dass sie ein glückliches Leben führen? Noch nie gab es so viele sogenannte Problemkinder. Sie sind hyperaktiv, verwöhnt, aggressiv, möchten Topmodel werden oder Superstar und verstecken sich im Hotel Mama. Aber sind wir wirklich von kleinen Tyrannen oder Nighthawks umgeben? Nein! Aus Angst, dass unsere Kinder in der Leistungsgesellschaft versagen, konzentrieren wir uns zu sehr auf ihre Probleme. Doch wenn man Kindern nur ihre Schwächen vorhält, werden sie unglücklich und mutlos.

«Wir konzentrieren uns zu sehr auf die Schwächen unserer Kinder.»

Sie sprechen von einem überalterten Schulsystem. Können Sie das kurz erklären?

Wir haben eine Pädagogik, die 200 Jahre alt ist und auf einem anderen Gesellschaftssystem fußt: einer Oberschicht, in der reflektiert wird; einer Mittelschicht, aus der Handwerker hervorgehen; sowie einer Unterschicht, aus der Knechte und Mägde entstehen sollen. Dabei haben wir eine emanzipative Gesellschaft, in der die soziale Herkunft weder ein Vorteil noch ein Hindernis sein soll. Schule wird also allzu oft dazu benutzt, Menschen an wirtschaftliche und gesellschaftliche Gegebenheiten anzupassen, die es so gar nicht mehr gibt. Schule lehrt etwas

anderes als das, was jetzt gebraucht wird.

Was schlagen Sie vor?

Uns endlich von diesem antiquierten Konstrukt zu lösen. Jedes Kind hat ein Potenzial, auch wenn es aus einer Schicht kommt, die für ein Akademikerleben nicht vorgesehen ist. Wir sollten uns doch fragen: Will ich all die Potenziale vergeuden?

Was sagen Sie zur herrschenden Fehlerkultur in der Schule?

Ich habe nichts gegen Fehlersuche. Ich frage mich aber, ob es das Schwergewicht sein sollte. Eine Fehlerkultur richtig zu verstehen, setzt voraus, aus den Fehlern zu lernen. Wirkliche Fehlerkultur heißt für mich, dass der Lehrer zum Begleiter wird und alternative Möglichkeiten bietet. Also den Kindern alternative Lösungswege aufzeigt, statt sie negativ kommentiert. Die heutige übertriebene «Fehlerfahndung» erzeugt nur negative Emotionen. Jeder Mensch zieht sich zurück, wenn er hört, dass er etwas Falsches gesagt hat. Evolutionsgeschichtlich sollten Angst, Wut, Ekel usw. nämlich dafür sorgen, uns vor etwas zu bewahren. Bekomme ich aber Zuspruch und positive Emotionen, führt das zu einer Öffnung. Das nenne ich Potenzialentwicklung.

Erinnern Sie sich an ein Beispiel aus Ihrer Schulzeit?

Der Lehrer fragte mich in der ersten Klasse: Wie entstehen Wolken? Ich habe gesagt: durch die Lokomotive. Er antwortete einfach nur: «Das ist Quatsch.» Für mich war meine Antwort aber logisch, denn wir haben an einer Eisenbahnlinie gewohnt und ich sah jeden Tag Lokomotiven, die Dampfwolken ausstoßen. Doch mein damaliger Lehrer hat diese Erkenntnis komplett ignoriert. Die Lösung wäre gewesen, zu sagen: Ja, das >>>

>>> ist interessant, wie arbeitet denn eine Lokomotive?

Wurde Ihr Potenzial in der Schule entdeckt?

Nein. Nachdem mein Vater mir erklärte, dass das Gymnasium für mich nicht in Frage komme, blieb ich zunächst in der Volksschule und kam dann in eine Handelschule, weil man mir prognostiziert hat, dass ich im Kaufmännischen meine Heimat finden würde. Die Eltern und die Schule schrieben mir das als «meinen» Weg vor. Ich war in diesem nach Schichten gegliederten Schulsystem für nichts anderes vorgesehen. Heute ist das sicherlich anders, da glauben viele Eltern, dass ihre Kinder unbedingt studieren müssten.

Ist das falsch?

Prinzipiell nicht, aber überhöhte Erwartungshaltungen können Kinder unglücklich machen. Solche Kinder fühlen sich abgehängt und machen die Schule einfach, um die Erwartungen der Eltern zu erfüllen und der Beziehung zu ihnen nicht verlustig zu werden. Es führt zu einer grossen Abhängigkeit, wenn der Selbstwert nur an Noten und Leistung geknüpft ist. Es erstaunt mich nicht, dass

«Der Selbstwert eines Kindes darf nicht nur an Noten und Leistung geknüpft sein.»

viele junge Leute freie Zeit ausufernd leben, feiern und trinken, bis es kracht. Diesen Druck, den Erwartungen zu genügen, hält auf die Dauer kein Mensch aus.

Was sollten Eltern also tun?

Auf ihre Intuition hören und dieser folgen. Sich gewahr werden,

dass Kinder viel können. Dass sie sie nicht nur nach der schulischen Leistung bewerten. Nicht sagen: gute Noten, gutes Kind. Diese Kausalitätskette kann einfach nicht erfolgreich sein.

«Gute Noten, gutes Kind: Diese Kausalitätskette kann nicht funktionieren.»

Was macht ein Kind erfolgreich?

Dass man an es glaubt, realisiert, dass es das Beste macht, das es kann. Eltern sollen sich vom System Schule lösen, statt es zu verstärken. Das Kind darf nicht denken: Hab ich eine 6, bin ich super, hab ich eine 4, bin ich knapp, aber okay, und mit einer 3 bin ich nichts wert. Dieses Nichtswertsein bedeutet Einschränkung, negative Gefühle. Man kommt dann schnell in so ein Raster rein. Ich hab das bei meiner Tochter beobachtet.

Inwiefern?

Ihre Grundschullehrerin empfahl sie für das Gymnasium und gab ihr auf den Weg mit: «Du schaffst das schon irgendwie, du bist ja gut in den Sprachen, aber weniger in der Mathe.» Sie glaubte das wirklich. Aber in der zehnten Klasse veränderte sich das. Sie lernte ab und zu mit einem Neffen von mir, der Physik studierte. Sie dachte, wenn ich verstehe, was er lernt, bin ich okay. Und sie verstand immer mehr. Im Abitur erreichte sie in Mathematik die Höchstnote, begann dann ein naturwissenschaftliches Studium und schloss mit der Promotion ab.

Und Ihre zweite Tochter?

Die hatte in der ersten Klasse Schwierigkeiten, vom freien Ler-





nen auf strukturiertes Lernen umzustellen. Damit sie nicht sitzen blieb, wurde sie durch meine damalige Frau regelrecht durch die Schule gepowert, es war grauenhaft. Genutzt hat dieser Drill wenig. Die Wende kam erst, als meine Tochter ein Austauschjahr in den USA machte. Dort hat sie lauter Kurse belegt, die nur geringe Anforderungen an sie stellten, Babysitting zum Beispiel und Deutschkurse und all sowsas. Sie kam zurück und wollte zuerst mit der Schule aufhören und etwas Praktisches machen. Wir überredeten sie, noch die zwei Jahre bis

zum Abitur auszuhalten. Sie willigte ein, allerdings unter der Bedingung, dass sie nie mehr diesem Hausaufgaben- und Lerndrill mit der Mutter ausgesetzt sein würde. Und was geschah? Sie machte Abitur und wurde Sonder schullehrerin.

Ihre Erkenntnis daraus?

Beide Töchter haben einen Weg beschritten, den die Schule und teilweise auch das Elternhaus mehr oder weniger nur behindert haben. Mein Fazit: Man soll seinen Kindern etwas zutrauen und dem, was einem in der Schule gesagt wird, nicht so viel Wert beimessen.

Viele Eltern haben zur Schule ein zwiespältiges Verhältnis.

Genau. Wie absurd ist das denn: Sie halten nicht so viel von der Schule, aber das Ergebnis bewerten sie ganz hoch. Dann muss sich das Kind doch sagen: Wie doof ist das denn?

Dachten das auch Ihre Schüler?

Ja, klar. Ich erinnere mich an einen Jungen. Er war ein Migrantenkind, konnte die Sprache nicht so gut, und er war gross und korpulent, so der Typ dumpfer Bär. Beides erweckte nicht den Eindruck, besonders helle zu sein. Also sagte er sich, ich hole mir meinen >>>



>>> Selbstwert mit meiner Kraft, haue rein und kriege so den Respekt. Erst durch den von uns im Schulfach Glück angeregten Perspektivenwechsel kam er zu einer anderen Haltung. Die Sprache nicht zu können, ist zwar hinderlich, aber das kann man ändern. Es ging deshalb zunächst darum, ihm bei der Suche nach seinen charakterlichen Stärken zu helfen, Ausdauer, Kreativität und vielleicht auch die Fähigkeit, sich zu mässigen. Als er endlich wusste, was er kann und was er will, hat sich das Sprachproblem sehr schnell gelöst.

Wie hat der Glücksunterricht das erreicht?

Wir schaffen Schlüsselerlebnisse, die zu guten Erfahrungen werden. Unsere wissenschaftlichen Untersuchungen haben eindeutig ergeben, dass die Schüler des Glücksunterrichts im Vergleich zu anderen Vierzehn- bis Siebzehnjährigen im Leben mehr Sinn sehen, sich mehr zutrauen, Familie und Schule mehr schätzen und deutlich besser wissen, was sie wollen oder nicht.

Sie sind ein Verfechter humanitärer Bildung.

Ja, wir müssen die Schüler fähig machen, mit allen Dingen, die in ihrer Welt geschehen, auch umzugehen. Intelligenz zeigt sich eben nicht nur in guten Noten. Um das

Leben zu meistern, benötigt man Kreativität, um neue Ideen zu entwickeln, die analytische Fähigkeit, diese Ideen richtig einzuschätzen, soziale Kompetenzen, die Gedanken auch umzusetzen, und letztlich auch die Erkenntnis, ob sie der Gemeinschaft wirklich zuträglich sind. Wir müssen uns endlich klarmachen, dass das Leben weit mehr als eine akademische Veranstaltung ist.

«Glück ist ein Idealzustand, der nach Wiederholung oder Fortdauer strebt.»

Wissen ohne Erkenntnis ist unnütz?

Man kann damit vielleicht im Fernsehen Millionär werden. Aber sonst nützt es wenig. Auch müssen Schüler lernen, das Wichtige vom Dringlichen zu unterscheiden. Nicht alles, was dringlich erscheint, ist auch wichtig. Das wichtige WhatsApp, der wichtige Termin, die Verabredung: Kinder hetzen durchs Leben. Leider bleiben dadurch auch die wirklich wichtigen Dinge auf der Strecke.

Was ist denn nun Glück?

Glück ist ein Idealzustand, der nach Wiederholung oder Fortdauer strebt. Manchmal fällt er ohne unser Zutun vom Himmel. Er erstreckt sich vom kleinen Moment des Hochgefühls bis hin zum sinnvollen, gelingenden Leben. Das sinnvolle Leben muss von jedem selbst erspürt werden. Ich finde, dass man es besonders gut spürt, wenn man etwas bewirkt, wenn man achtsam ist mit den Dingen, die einem begegnen, mit den Menschen und mit der Natur. Zum Erspüren gehört auch, dass man sich selbst nicht so wichtig nimmt, in Selbstvergessenheit gerät. Und dass man geniessen und sich entspannen kann. Zu guter Letzt gehört für mich auch die Erkenntnis dazu, dass man auch an Leid, an Niederlagen wachsen kann.

Sind Sie glücklich?

Wenn ich zurückblicke, gibt es viele glückliche Momente und Gründe, zufrieden und dankbar zu sein. Glück ist für mich aber auch die freudige Erwartung der Zukunft, auf das, was noch kommt und mich herausfordert. <<<

Zur Person



Bild: Michael Hudler

Dr. phil. Ernst Fritz-Schubert ist Dozent an der Universität Kassel und an der SRH Hochschule in Heidelberg. Als ehrenamtlicher Direktor leitet er das nach ihm benannte Fritz-Schubert-Institut, das Methoden zur Persönlichkeitsstärkung erforscht und entwickelt. Zuvor war der Autor zahlreicher Veröffentlichungen zum Thema Glück und Wohlbefinden viele Jahre Schulleiter der Willy-Heßbach-Schule, an der er im Jahre 2007 das Schulfach Glück einführte. Er ist Vater zweier erwachsener Töchter und zweifacher Grossvater. www.fritz-schubert-institut.de