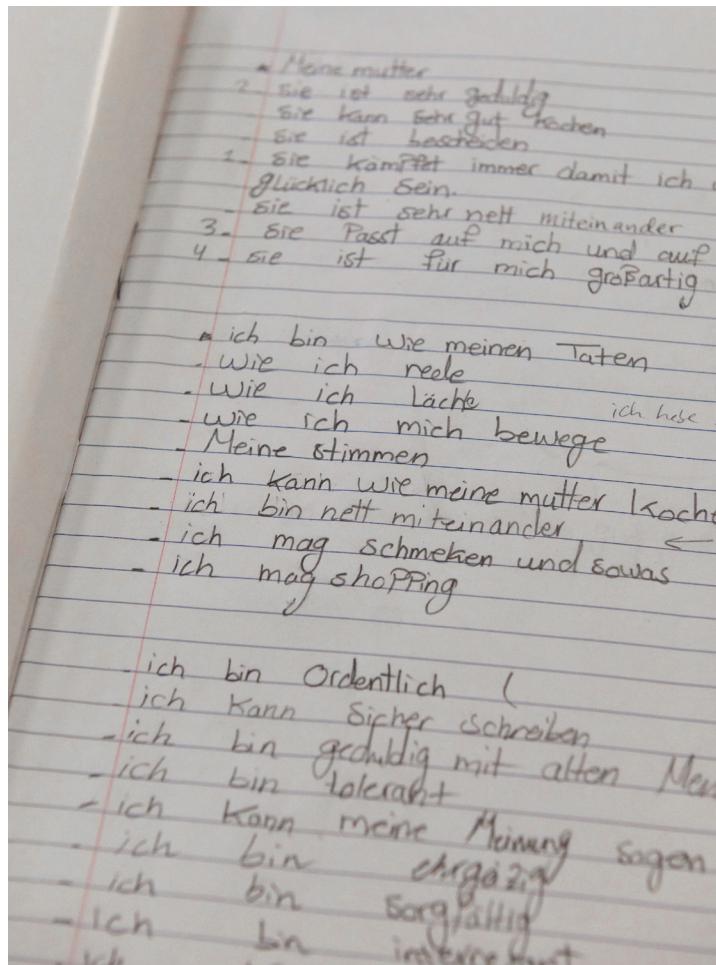


Schulfach Glück

Soziale Medien, Leistungsdruck und kulturelle Auseinandersetzungen. Es ist nicht leicht, ein Teenager zu sein. In sechs Bundesländern wird nun Glück unterrichtet. **Kann man das wirklich lernen?**
Ein Ortstermin in der Berliner Jean-Krämer-Schule

TEXT VON CORINNA BAIER FOTOS VON KATJA HOFFMANN



Wer bin ich? Aufschreiben, was man an sich mag. Eine einfache Übung, die die Perspektive der Schüler fundamental ändern kann



Hoffentlich platzt keiner Der Turm soll zehn Sekunden stehen können; Vasilena stützt die Luftballons mit glücklichen Momenten

Es sind oft die einfachen Fragen, die einen stutzig machen. Vielleicht weil man sie sich so selten stellt. Diese zum Beispiel: Was hat euch in der vergangenen Woche glücklich gemacht?

Hm. Augenbrauen machen lassen, Pizza gegessen, „Fifa“ auf der PlayStation gespielt. Die Antworten der 9f an der Berliner Jean-Krämer-Schule kommen schnell, freier, als es bei Erwachsenen der Fall wäre. Geschlafen, mit Mama gesprochen, eine Schülerin erzählt von der Geburt ihrer Schwester. Louay hat etwas im Internet gelesen, das ihn glücklich gemacht hat. Was es war, mag er nicht sagen. Es ist laut im Raum. Neunte Klasse eben. Wie jeden Mittwoch in diesem Schuljahr übernehmen heute die

Lehramtsstudentinnen Annika Meyer und Anne Schoenrock für zwei Stunden den Unterricht: Glück steht auf dem Stundenplan. Ein Experiment, das schon 100 Schulen wagen. In Bayern, Baden-Württemberg, Nordrhein-Westfalen, Niedersachsen, Hessen und nun auch in Berlin.

43 Prozent aller Schüler der fünften bis zehnten Klassen sind überfordert

In der 9f stammen alle Schüler aus Willkommensklassen. Sie sind aus Syrien, Afghanistan oder dem Iran geflohen. Der Glücks-Unterricht soll bei der Integration helfen. Kulturen verstehen. Die eigene und die anderen. Vor dem Hintergrund wachsender Gewalt und zum Teil religiöser Auseinandersetzungen an Berliner Schulen kann die Suche nach dem Glück ein Schritt in die richtige Richtung sein.

Die Idee geht auf den ehemaligen Berufsschulleiter Ernst Fritz-Schubert zurück, der, zunächst als Spinner abgetan, in seinem Heidelberger Institut inzwischen Glücks-Lehrer ausbildet. Ganz praktisch und körperlich, die Übungen stellen Psychologen, Ärzte und Theaterpädagogen zusammen. Es geht um Fragen wie: Wer bin ich? Wo sind meine Stärken? Was treibt mich an? Frei nach Schopenhauer: „Das Glück ist nur sehr schwer in uns selbst zu finden und unmöglich woanders.“ Der Blick richtet sich also immer nach innen.

„Der Unterricht befindet sich in der Schnittmenge zwischen Philosophie und Psychologie“, erklärt Ellen Scheiter, die das Projekt „Schulfach Glück“ bundesweit leitet. Sie strahlt dabei so zahnlastig, dass man sich gleich vorstellt, wie sie Glück ►



Zusammen erfolgreich Die 9f feiert, dass sie gemeinsam den schnellsten Weg gefunden hat, einen Ball durch alle Hände gehen zu lassen. Im Kreis aufstellen, Hand an Hand, so dicht wie möglich. Muslim (r.) ging mit dem Ball reihum

„Bei allen Menschen geht es um diese Urthemen: Angst, Liebe, Entwicklung“

in Tüten im Einkaufszentrum verteilt. Sie ergänzt: „Es geht um die Auseinandersetzung mit uns selbst.“ Die vielleicht schwerste Aufgabe, die uns Menschen ein Leben lang beschäftigt. Ihr kommt aktuell eine wesentliche Bedeutung zu.

Laut einer DAK-Studie hat sich die Anzahl psychischer Erkrankungen in den letzten 20 Jahren verdreifacht, Depressionen sind die dritthäufigste Diagnose bei Arbeitsunfähigkeit. Und es beginnt früh: 43 Prozent der Schüler in den Klassen fünf bis zehn geben an, sich überfordert zu fühlen. In einer Welt, in der Menschen ihren Selbstwert über Social-Media-Apps definieren, scheint es schwerer denn je,

pieren drehen sich um Urthemen: Angst, Liebe, Entwicklung. Auch das Schulfach Glück verfolgt ein Schema, kommt ohne Einzelbetreuung aus.“ Die Stufen der Glücks-Methode heißen Stärkung, Visionen oder Entscheidungen. Am Ende sollen die Kids Selbstwirksamkeit erfahren. Dass sie mit den eigenen Kompetenzen etwas bewirken können. Die Glücks-Lehrerinnen haben in der Vorbereitung das Programm selbst durchlaufen. „Manchmal war es so intensiv, dass ich weinen musste“, erinnert sich Annika.

Die beiden teilen schwarze Marker und bunten Karton aus, erklären den Schülern die heutige Aufgabe. Ein Turm aus



Reflexion Die eigenen Gefühle zu benennen fällt vielen schwer. In der Glücks-Klasse zeigen die Schüler mit Aufklebern ihre Stimmung an



Dreier-Team Anne Schoenrock (l.) und Annika Meyer (r.) leiten mithilfe der Klassenlehrerin Andrea Küpper den Glücks-Unterricht in der 9f

ein Teenager zu sein. Happiness wird auf Plattformen wie Instagram zur Religion erhoben. Wetter, Laune, Beziehungen, Haarschnitt des Haustiers – alles perfekt. Hashtag Lifegoals.

Ein Schulfach, das befähigt, sich selbst zu hinterfragen, das oberflächliche Happiness von echtem Glück abgrenzt, erscheint längst überfällig und kann das spätere Berufsleben beeinflussen. Laut Glücks-Forscher Shawn Achor haben nämlich nicht pathologische Workaholics mehr Erfolg im Job. Glückliche Menschen sind um bis zu 31 Prozent produktiver.

Auch wenn der Glücks-Unterricht den Weg zur Erfüllung nicht als Therapie gestaltet, wie Ellen Scheiter betont, liegt eine Methodik zugrunde: „Alle Thera-

glücklichen Momenten soll entstehen. Bausteine: Luftballons. Hilfsmittel: Pappe und Klebeband. Schnell bilden sich Fünfergruppen. Mädchen und Jungs bleiben, wie man es von der Altersklasse kennt, weitgehend unter sich. Sie arbeiten im Flur, in der Cafeteria, im Klassenzimmer. Arkadi, einer der beiden Jungs, die sich den Mädchen angeschlossen haben, schreibt mit quietschendem Filzstift die Worte „Freund geküsst“ auf einen roten Luftballon und malt ein Herz. Die Mädchen kichern. Ein Schreibfehler, den er erschrocken korrigiert – Freundin. Das sei „haram“, ruft sein Kumpel, der sich auf die Treppe zurückgezogen hat. Ein arabisches Wort für Sünde, übersetzt die Mitschülerin und verdreht die Augen.

Außerdem sei es ganz normal, wenn sich zwei Jungs küssen, fügt ihre Freundin Ezra hinzu. Sie bläst angestrengt einen weiteren Ballon auf, schreibt „Mit Nachbarn in Bulgarien telefoniert“ darauf und klebt ihn auf die anderen. Passt schon. Gedanken zur Statik des Turms hat sich die Gruppe noch nicht gemacht. Sie reden, lernen von- und übereinander.

Im Glücks-Unterricht gibt es keine schlechten Noten

„Ein großer Faktor von Glück sind soziale Kontakte. Ein besserer Umgang miteinander gibt Kindern ein besseres Lebensgefühl“, erklärt Ellen Scheiter. Sie erzählt gern die Geschichte aus einer Münchener Klasse. Ein Mädchen, das nie gesprochen hatte, weder auf dem Pausenhof noch im Klassenraum, sagte nach einem halben Jahr Glücks-Unterricht zwei Sätze. „So ein Weg ist schwierig“, erklärt Scheiter.

Für viele schwieriger als binomische Formeln und korrekte Kommasetzung, vielleicht sogar schmerzhafter als das kleine Latinum. Die Auswertung des Faches läuft gerade. Ob es nach dem Schuljahr weitergeht, hängt davon ab, ob die Gelder bewilligt werden. Schulleiter Volker Kaiser würde es sich wünschen: „Ich sehe in der 9f eine Progression. Die Rückmeldungen sind positiv.“

Doch wie soll man den Fortschritt der Jugendlichen bewerten, den man nicht abfragen oder vergleichen kann? An vielen Schulen wird ein Satz im Zeugnis vermerkt. Hier wird das Streben nach Glück benotet. „Das müssen wir, weil es im Rahmen des Ehtik-Unterrichts stattfindet“, erklärt Kaiser. „Es gibt keine schlechten Zensuren. Darum geht es nicht.“

Das sehen zumindest einige der Jungs am Ende der Stunde anders. Die Luftballon-Türme werden zurück ins Klassenzimmer getragen. Ganz sorgsam, hier soll es um Stabilität gehen. Was für eine schöne Metapher. Und obwohl der Sieger sofort klar ist, wollen sie es hören. „Ja, Jungs. Ihr habt gewonnen.“ Auch wenn Wettkampf um Glück jetzt nicht die Kernidee ist, jubelt die Klasse. Manchmal ist das so: Sieg gleich Erfolg gleich Glück.

Das Gefühl wird danach im Glücks-Heft festgehalten. Reflexion heißt das. Was bleibt? Was bedeutet heute Glück? „Auch wenn ich etwas nicht schaffe, weiß ich, dass ich es versucht habe“, meint Ibrahim. Annika und Anne schauen sich zufrieden an. Eine Lektion, die keine Wertung braucht. ■